ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

Твой рецепт нужен всем!

ЛЮБЛЮ ГОТОВИТЬ!®

№ 12 ДЕКАБРЬ 2009

Бурда-Украина

Лучшие рецепты наших читателей

всего за 1,25 грн.*

ПОДПИШИСЬ НА ЖУРНАЛ!

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ ИЗДАНИЙ УКРАИНЫ — 95617

САЛАТ "МОРСКАЯ ЗВЕЗДА" от Виктории Баевой из Донецкой обл. с. 50

МЯСНЫЕ УЛИТКИ от Светланы Малышко из Кировоградской обл. с. 26

СВАДЕБНЫЙ ТОРТ от Елены Резаковой из Харцызска с. 55

ИНДЕЙКА С СОУСОМ ИЗ КЛЮКВЫ

с. 10–11

Праздничный обед в семье Родиных

*рекомендуемая цена

ЧИТАЙ В ЭТОМ НОМЕРЕ:

МЕНЮ СЕЗОНА 4–8

В ГОСТЯХ У ЧИТАТЕЛЕЙ
Счастье по рецепту 10–11

НОВОГОДНИЙ СТОЛ 12–16

МАСТЕР-КЛАСС 18–19

МИНИМУМ ЗАТРАТ 22–26

ПРАЗДНИЧНОЕ ЗАСТОЛЬЕ 28–32

НА СКОРУЮ РУКУ 34–38

НАШИ КУЛИНАРНЫЕ ТРАДИЦИИ
Повеселимся от души 42–43

НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ 44–45

ЛЮБИМЫЙ ПРОДУКТ
Какао 46

БАБУШКИНА ШКОЛА 48–49

С ВЫДУМКОЙ 50

МАМА НАУЧИЛА 52–53

СЛАДКАЯ ЖИЗНЬ 54–58

НА КУХНЕ ВСЕ БЫВАЕТ 60

ДЕЛИМСЯ СЕКРЕТАМИ 62

ДО ВСТРЕЧИ!
Анонс 63
Наши победители 63
Все блюда номера 64
Конкурсный купон 66

Темы с обложки выделены цветом

Призы и конкурсы

Следующий номер журнала выйдет 15 декабря. Как всегда, он будет составлен из писем наших читателей-кулинаров. Присылай и ты рецепт и фото по адресу: 01033, Киев, а/я 186, "Люблю готовить!". В письме расскажи немного о себе и обязательно укажи свои паспортные данные, адрес с индексом, телефон, дату рождения и конкурсную рубрику. Авторов всех опубликованных рецептов ждет денежный приз — 50 гривен. Когда ты получишь его почтовым переводом, пожалуйста, напиши об этом в редакцию или сообщи нам по электронной почте:gotovte@burda.ua

ПРОВЕРЕНО ЛГ РЕДАКЦИЯ Печать означает, что блюдо приготовлено редакцией по рецепту читателя.

Сотрудник редакции опытный шеф-повар Лариса Кавун

Скоро Новый год

Еще недавно хозяюшки занимались заготовками на зиму, и вот уже зима вступила в свои права и пришла пора подготовки к новогодним праздникам. Новый год – праздник особенный, и стол должен быть особенным, с оригинальными блюдами. А в этом вам уж наверняка помогут наши читатели-кулинары. Обязательно приготовьте салат в виде снеговика по рецепту Кристины Радзивил и горячую закуску "Мешочки" от Алины Кудряшовой, а на сладкое – торт "Наполеон" от Людмилы Тропиной. Салаты, рулеты, разнообразная выпечка – выбирайте на свой вкус и готовьте с вдохновением и любовью! От всей души желаем вам веселых и вкусных праздников!

Зимний рацион

Интересные салатики.

Анжела Норка, г. Мариуполь, Донецкая обл.

Салат "Белая береза"

ПОНАДОБИТСЯ

● 100 г чернослива; 200 г вареных грибов; 1 луковица; 300–400 г вареного куриного филе; 3 вареных яйца; 2 свежих огурца; растительное масло для жарки; 150 г майонеза; зелень; соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Чернослив залить теплой водой на 15 мин, нарезать кубиками.
2. Грибы и лук нарезать кубиками, обжарить на растительном масле.
3. Куриное филе нарезать кубиками.
4. Яйца натереть на крупной терке.
5. Огурцы нарезать соломкой.
6. Выкладывать салат слоями, смазывая каждый майонезом: чернослив; лук и грибы; филе (посолить); яйца; огурцы.
7. Сверху салат украсить полосками чернослива и зеленью.

Салат "Русь Великая"

ПОНАДОБИТСЯ

● 3 маринованных огурца; 1 яблоко; 3 отварные картофелины; 300 г свинины; 100 г филе сельди; 2 вареных яйца; 100 г майонеза; 2 ст. л. тертого хрена; 2 ч. л. горчицы; укроп

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. 2 огурца очистить от кожицы, у яблока вынуть серединку.
2. Картофель, 2 огурца, яблоко, мясо, сельдь и 1 яйцо нарезать кубиками. Соединить все ингредиенты, заправить соусом из майонеза, горчицы и хрена.
3. Готовый салат украсить ломтиками огурца, яиц и зеленью.

КОНКУРС!

Какие блюда появляются на твоем столе в феврале? Пришли нам рецепты вместе с фото. Посмотри и заполни купон на с. 66. За публикацию получишь от нас приз 50 грн.

Анжела Осипенко, г. Мариуполь, Донецкая обл.

Салат "Остренький"

ПОНАДОБИТСЯ

● 2–3 картофелины; 300 г свинины; 3–4 яйца; 100 г твердого сыра; 200 г морковки по-корейски; 1 луковица; 1 огурец для украшения; 150 г майонеза; соль, перец по вкусу; растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель нарезать соломкой, обжарить на растительном масле со специями.
2. Мясо нарезать соломкой, обжарить.
3. Яйца сварить вкрутую, нарезать соломкой.
4. Сыр натереть на крупной терке.
5. Лук нарезать полукольцами.
6. Выкладывать слоями, смазывая каждый майонезом: картофель – мясо (посолить) – лук – яйца – морковь по-корейски – сыр.
7. Верх украсить зеленью и огурцом.

Салат овощной "Зимний"

Ирина Чистова, г. Луганск

ПОНАДОБИТСЯ

● 0,5 кг картофеля; 150 г зеленого горошка; 300 г квашеной капусты; 100 г лука; 250 г моркови; 150 г сметаны; 25 г горчицы; соль, перец; зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Отваренный картофель, лук и морковь почистить, нарезать мелкими кубиками.
2. Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить по вкусу, заправить сметаной, перемешать.
3. Украсить зеленью.

Рулет из печени

Вита Бондаренко, г. Черкассы

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 кг печени; 300 г сливочного масла; 10 яиц; 200 г лука; 4 ст. л. топленого масла; соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Печень помыть, почистить, нарезать небольшими кусочками. Посолить. Обжарить в растительном масле под закрытой крышкой 15 мин.
2. Обжарить на топленом масле лук до золотистого цвета.
3. Пропустить печень и лук через мясорубку 3 раза, добавить оставшийся от жарки печени сок и 50 г масла. Хорошо взбить.
4. Сварить вкрутую яйца. Отделить желтки от белков. Желтки растереть с 250 г масла, посолить.
5. Массу выложить на целлофан толщиной 1 см, сверху намазать желтковую смесь. Закатать массу в рулет, держась за край целлофана и все время отворачивая его.
6. Положить на ночь в холодильник. Перед подачей нарезать кусочками.

Тыква запеченная

Зоя Сизонова, с. Таволжанка, Харьковская обл. **Хочу поделиться полезным рецептом.**

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 тыква; 700 г картофеля; 300 г грибов; 1 яйцо; 2 луковицы; 200 мл молока; 50 г сливочн. масла; 100 г твердого сыра; 30 г молотых сухарей; перец, соль; раст. масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель отварить в мундире, очистить, нарезать ломтиками. Грибы отварить, нарезать кубиками, посолить, поперчить, обжарить на раст. масле с мелко нарезанным луком.

2. Вынуть середину тыквы ложкой, выложить туда слой картофеля, лук с грибами и снова – картофель. Сверху натереть сливочное масло.

3. Яйцо взбить с молоком, посолить, залить смесь в тыкву. Посыпать сухарями и тертым сыром.

4. Запекать при 200 °С в течение 1 ч.

Наталия Щеренко, г. Одесса. **Рулет можно делать из свинины или курятины.**

Мясной рулет

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 кг мяса; соль, перец; 3–4 зубчика чеснока; зерна горчицы; 15 г желатина

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо нарезать маленькими кубиками, добавить пропущенный через пресс чеснок, посолить, поперчить, добавить зерна горчицы, высыпать весь пакетик желатина. Перемешать.

2. Выложить фарш на пищевую пленку. Свернуть в виде колбаски. Обмотать пленкой в несколько слоев, чтобы было герметично.

3. Положить рулет в кипящую воду, варить 1,5 ч.

4. Снять пленку после полного остывания.

Рыбные завертыши с луком

Светлана Батурина, Полтавская обл.

ПОНАДОБИТСЯ

- 400 г филе хека
- соль, перец
- 2 луковицы
- 100 г муки
- 2 яйца
- раст. масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе нарезать кусочками примерно 3х7 см. Отбить. Посолить, поперчить.

2. Лук мелко нарезать, немного посолить.

3. Выложить немного лука на край отбитого филе. Свернуть трубочкой.

4. Обмакнуть рулетики в муке, затем – во взбитом яйце и опять – в муке.

5. Обжарить рулетики на сковороде в раст. масле со всех сторон до золотистого цвета.

Солянка

Попробуйте приготовить солянку по моему рецепту. Итак, берем: 3 сухих белых гриба; 0,5 кг шампиньонов; 4 луковицы; 2 моркови; растительное масло; 5 соленых огурцов; 200 г томатной пасты; 1 баночку маслин; соль, перец. Белые грибы замочить на ночь, затем слить воду, нарезать соломкой. Шампиньоны нарезать кубиками. Нарезанные полукольцами лук и морковь обжарить на растительном масле, добавить нарезанные соленые огурцы, немного потушить, добавить томатную пасту. В кипящую воду выложить грибы, зажарку, варить до готовности. Добавить маслины. Посолить, поперчить по вкусу.

Любовь Бурчак, Киевская обл.

Елена Ковалева, г. Донецк

Суп "Морская сказка"

ПОНАДОБИТСЯ

● 2 луковицы; 200 г шампиньонов; 1 зубчик чеснока; 700 мл куриного бульона; 100 мл белого вина; 100 г креветок; 100 г мидий; 200 мл сливок (10-20 % жирности); 30–50 г сливочного масла; соль; укроп

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Лук мелко нарезать. Чеснок измельчить. Третью часть шампиньонов нарезать тонкими ломтиками, остальные шампиньоны нарезать небольшими кубиками.

2. Лук и чеснок тушить, помешивая, на маленьком огне 5 мин. Добавить грибы, тушить 7–8 минут. Добавить вино, тушить с открытой крышкой 5–8 мин. Влить процеженный куриный бульон и варить после закипания 5 мин. Посолить.

3. Положить морепродукты, довести до кипения, варить 3 мин. Влить сливки, довести до кипения. Добавить зелень укропа.

Енерлів®

Шкідливий на печінку вплив нейтралізує ЕНЕРЛІВ

Дозування: по 2 капсули, 3 рази на день

Одна капсула Енерліву містить знежирених, збагачених соєвих фосфоліпідів 300 мг. Перед застосуванням порадьтеся з лікарем та уважно ознайомтеся з інструкцією.

BERLIN-CHEMIE MENARINI

Виробник: Берлін-Хемі Менаріні, Німеччина.
Р.П. МОЗ України № UA/5631/01/01 від 15.12.06.

Время приготовления: 1 ч 20 мин
Количество порций: 4–6

Евгения Литвинова, г. Каменец-Подольский, Хмельницкая обл. **Эту рыбку я готовила на свадьбу внука.**

Рыба, жаренная в яйце

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 кг мороженой рыбы
- 2–3 яйца
- 2 ст. л. муки
- 0,5 стак. растительного масла
- 1/2 лимона
- соль, перец

Для гарнира:

- 1 стак. риса
- 0,5 л овощного бульона
- 2 ст. л. сливочного масла
- 1 ст. л. порошка карри
- 1/2 лимона
- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбу разморозить, вымыть, разделать на филе. Подготовленное рыбное филе нарезать крупными кусками, обсушить.

2. Куски рыбы посолить, поперчить, посыпать кориандром, полить соком 1/2 лимона и оставить мариноваться на 30 минут.

3. Яйца взбить. Рыбу обвалять в муке, затем в яйце, обжарить на сковороде в хорошо разогретом растительном масле.

4. Приготовить гарнир. Рис промыть и откинуть на сито. Лук и чеснок очистить, мелко нарезать и спассеровать на сливочном масле. Добавить рис и все вместе немного притушить. Добавить овощной бульон, соль, перец, карри и варить 20 мин. В конце приготовления добавить сок оставшейся половины лимона.

5. Готовый рис выложить горкой на листья салата, сверху положить обжаренную рыбу. Блюдо украсить дольками лимона, полосками моркови, отваренной стручковой фасолью.

Лариса Кавун советует

- **По этому рецепту можно приготовить любую морскую рыбу, в том числе хек, минтай, окунь и др.**
- **Во взбитое яйцо добавьте натертый на крупной терке сыр, вкус рыбы будет нежнеее.**

Фото: А. Соколов

ВИ МОЖЕТЕ ВИГРАТИ 80 000 гривень,

БЕЗКОШТОВНА УЧАСТЬ ПРОТЯГОМ 10 ДНІВ

якщо знайдете 5 відмінностей на цьому малюнку!

1

2

Взяти участь у грі дуже просто:

1. Подивіться уважно на картинки та знайдіть 5 відмінностей.
2. Обведіть ці відмінності на зображенні вашого безкоштовного купона участі (див. нижче). Увага! Ви повинні знайти 5 відмінностей, щоб виграти.
3. Для участі в акції відправте вирізаний купон участі в конверті за адресою: 02105, м. Київ-105, а/с 9, ТОВ «Поштовий Каталог» або повідомте вашу відповідь за телефоном*.

ПОДАРУНКИ для кожного учасника!

Дивовижний подарунок-сюрприз тільки для вас!*
+

Наш новий каталог! На вас чекає широкий вибір товарів для дому!

ГАРАНТІЯ ВИПЛАТИ 80 000 ГРИВЕНЬ.

Служба вручення призів компанії «Поштовий Каталог» офіційно гарантує виплату 80 000 гривень головному переможцю акції. Виплата буде проведена Фінансовою дирекцією під контролем спеціальної комісії

ВІДПОВІДЬ, ЩО НАДАНА ПО ТЕЛЕФОНУ, МОЖЕ ПРИНЕСТИ ВАМ 6 500 ГРИВЕНЬ ДОДАТКОВО!*

(044) 490-04-49

за тарифами вашого оператора
понеділок–п'ятниця с 9:00 до 21:00
субота–неділя с 10:00 до 21:00

АБО ВІДПРАВТЕ КУПОН УЧАСТІ ФАКСОМ

(044) 490-04-48

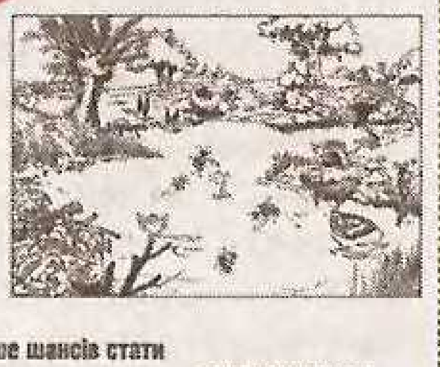
(цілодобово)

НА ДОМ **БЕЗКОШТОВНИЙ КУПОН УЧАСТІ В РОЗІГРАШІ 80 000 ГРИВЕНЬ.**

Заповнити й відправити за адресою: 02105, Київ-105, а/с 9, ТОВ «Поштовий Каталог»

☐ **ТАК**, я знайшов(знайшла) 5 відмінностей, які я обводжу на малюнку навпроти.

☐ **Я беру до уваги, що правильна відповідь може принести мені 80 000 гривень.** Я заповнюю і надсилаю цей купон протягом 10 днів з дня виходу публікації



Прізвище: ____________________

Ім'я: ____________ По батькові: ____________

Стать: ☐ чол. ☐ жін. Дата народження: ⎣⎦ число ⎣⎦ місяць ⎣⎦ рік

Поштовий індекс: ⎣⎦ Адреса: ____________________

Контактні телефони: дом. (0) ⎣⎦ код міста ⎣⎦ номер телефону
моб. (0) ⎣⎦ код ⎣⎦ номер телефону

Якщо ви дасте відповіді на питання міні-анкети, у вас буде більше шансів стати володарем призу:

1. *Чи хотіли б ви поліпшити своє життя за допомогою порад астрологів?* ☐ Так ☐ Ні
2. *Чи цікавитесь ви книжковими новинками?* ☐ Так ☐ Ні
3. *Чи хотіли б ви піклуватися про своє здоров'я, не виходячи з дому?* ☐ Так ☐ Ні
4. *Чи бажаєте ви частіше оновлювати предмети домашнього вжитку?* ☐ Так ☐ Ні

01001068

03.7203.797.102.2

E-mail: ____________________
Для розсилки спеціальних пропозицій

Ваш підпис ____________

* ВИТЯГ З УМОВ МАРКЕТИНГОВОЇ АКЦІЇ. АКЦІЯ ПРОВОДИТЬСЯ ТОВ «ПОШТОВИЙ КАТАЛОГ» З 01.08.09 ПО 26.02.10 З ГОЛОВНИМ ПРИЗОМ - 80 000 ГРИВЕНЬ. ПРОВОДИТЬСЯ НА ВСІЙ ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ. ДАНА АКЦІЯ НЕ Є ГРОЮ, КОНКУРСОМ АБО ЛОТЕРЕЄЮ І НАПРАВЛЕНА НА ПІДВИЩЕННЯ ПОПИТУ КЛІЄНТІВ НА ТОВАРИ В КАТАЛОГАХ. ВСІМ УЧАСНИКАМ ПРОПОНУЄТЬСЯ ЗНАЙТИ 5 ВІДМІННОСТЕЙ. ВОЛОДАР ГОЛОВНОГО ПРИЗУ 80 000 ГРИВЕНЬ (ГОЛОВНИЙ ПЕРЕМОЖЕЦЬ) І ВОЛОДАР ДОДАТКОВОГО БОНУСА 6 500 ГРИВЕНЬ БУДУТЬ ВИЗНАЧЕНІ У ФІНАЛІ АКЦІЇ – 26.02.10 НЕ ВИПАДКОВИМ ЧИНОМ, ЗГІДНО «ПРАВИЛ ПРОВЕДЕННЯ МАРКЕТИНГОВИХ АКЦІЙ, ВИЗНАЧЕННЯ ПРИЗЕРІВ ТА ВРУЧЕННЯ ПРИЗІВ», З УРАХУВАННЯМ СУМИ ЗАМОВЛЕННЯ, ДАТИ НАДХОДЖЕННЯ ЗАМОВЛЕННЯ, ФАКТУ НАДХОДЖЕННЯ В ПОВНОМУ ОБ'ЄМІ ОПЛАТИ ПО ДАНОМУ ЗАМОВЛЕННЮ. КЛІЄНТИ, ЩО ЗАМОВИЛИ КАТАЛОГ ОРГАНІЗАТОРА ЗА ВКАЗАНИМ У МАКЕТІ ТЕЛЕФОНОМ, ОТРИМУЮТЬ РЕЧОВИЙ ПРИЗ (ПОДАРУНОК), ЯКИЙ ВИЗНАЧАЄТЬСЯ ОРГАНІЗАТОРОМ НА ВЛАСНИЙ РОЗСУД, РАЗОМ ІЗ ЗАМОВЛЕНИМИ ТОВАРАМИ. УЧАСТЬ У МАРКЕТИНГОВІЙ АКЦІЇ РЕЄСТРУЄТЬСЯ ДО 20.02.2010 (ЗА ПОШТОВИМ ШТЕМПЕЛЕМ). 10-ДЕННИЙ ТЕРМІН ВКАЗАНИЙ З МЕТОЮ СТИМУЛЮВАННЯ ШВИДКОСТІ ВІДПОВІДЕЙ ТА Є РЕКОМЕНДАЦІЙНИМ. ПОВНІ УМОВИ АКЦІЇ ВКАЗАНІ В КОНВЕРТІ З КАТАЛОГОМ ОРГАНІЗАТОРА, ЯКІ НАДСИЛАЮТЬСЯ ВСІМ УЧАСНИКАМ, ЩО НАДІСЛАЛИ СВОЇ ВІДПОВІДІ (ПРАВИЛЬНІ АБО НЕПРАВИЛЬНІ). КЛІЄНТИ, ЩО НАДІСЛАЛИ СВОЇ КУПОНИ З ВІДПОВІДЯМИ ПІСЛЯ ЗАКІНЧЕННЯ ТЕРМІНУ РЕЄСТРАЦІЇ УЧАСНИКІВ, НЕ МОЖУТЬ БРАТИ УЧАСТЬ У ДАНІЙ АКЦІЇ. КЛІЄНТИ, ЯКІ НАДІСЛАЛИ СВОЇ КУПОНИ З ВІДПОВІДЯМИ ПІСЛЯ ЗАКІНЧЕННЯ СТРОКУ РЕЄСТРАЦІЇ УЧАСНИКІВ У ДАНІЙ АКЦІЇ АБО В СТРОК, НЕДОСТАТНІЙ ДЛЯ ОФОРМЛЕННЯ ЇХНЬОЇ РЕЄСТРАЦІЇ УЧАСТІ (ЗАМОВЛЕННЯ Й ОПЛАТА ТОВАРУ З КАТАЛОГУ ОРГАНІЗАТОРА), НЕ МОЖУТЬ БРАТИ УЧАСТЬ У ДАНІЙ АКЦІЇ, АЛЕ ОРГАНІЗАТОР МАЄ ПРАВО ЗАПРОПОНУВАТИ ТАКИМ КЛІЄНТАМ МОЖЛИВІСТЬ УЧАСТІ В НОВІЙ АНАЛОГІЧНІЙ МАРКЕТИНГОВІЙ АКЦІЇ ШЛЯХОМ НАДСИЛАННЯ НА ЇХ АДРЕСУ ДОКУМЕНТІВ ІНФОРМАЦІЙНО-РЕКЛАМНОГО ХАРАКТЕРУ З УМОВАМИ ТАКОЇ АКЦІЇ. ОРГАНІЗАТОР АКЦІЇ: ТОВ «ПОШТОВИЙ КАТАЛОГ». АДРЕСА ОФІСУ ПО РОБОТІ З КЛІЄНТАМИ: 03680, КИЇВ, ВУЛ. РАДИЩЕВА, 10/14, ОФІС 306. ІДЕНТИФІКАЦІЙНИЙ КОД ЮРИДИЧНОЇ ОСОБИ 35573925. ІНФОРМАЦІЮ ПРО ОРГАНІЗАТОРА АКЦІЇ, ПРАВИЛА ЇЇ ПРОВЕДЕННЯ, КІЛЬКІСТЬ ПРИЗІВ АБО ВИГРАШІВ ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ АКЦІЇ, ТЕРМІНИ, МІСЦЕ І ПОРЯДОК ЇХ ВРУЧЕННЯ МОЖНА ОТРИМАТИ ЗА ТЕЛЕФОНОМ (044) 490-04-49 ЗА ТАРИФАМИ ВАШОГО ОПЕРАТОРА.

В ГОСТЯХ У ЧИТАТЕЛЕЙ

Счастье по рецепту

Вот уже декабрь на исходе, и скоро самый любимый всеми праздник – Новый год. Никакие хлопоты и заботы не способны заслонить его главный смысл: этот праздник дает надежду на счастье, на мечту, которая обязательно сбудется! Накануне этого чудесного праздника мы побывали в дружной семье Родиных. Три поколения этой семьи живут в полном согласии в одной трехкомнатной квартире: Александр Алексеевич с женой Татьяной Васильевной и их сын Илья с женой Олесей и сынишкой Антошей, которому нет еще и двух лет. Приглашение от имени всех прислала Олеся, постоянная читательница нашего журнала. Хоть и говорят, что две хозяйки на одной кухне не уживаются, но это не про них. Олеся и Татьяна Васильевна сразу нашли общий язык, может, потому, что обе учительницы, и хорошо готовят. Татьяна Васильевна – специалист по блинчикам и супам, а Олеся – просто универсал, все умеет. Отличный кулинар и ее муж Илья, да и свекор Александр Алексеевич без труда приготовит обед из трех блюд. Однажды рецепт салата Олеси Родиной был напечатан, но пригласить редакцию в гости робела. А летом увидела на нашей обложке семью подруги, с которой лежала в роддоме, и решилась: написала нам такое письмо: "У нас в семье существует негласный закон: каждый пришедший в дом гость (пусть даже забежавший на минутку сосед) должен быть накормлен или хотя бы напоен чаем или кофе, тогда он вернется к нам вновь! Ведь нередко за чашкой чая мы беседуем о жизни, о людских судьбах, о наших семьях и, конечно же, о детях!". Так Олеся заново открыла изначальный смысл любого застолья – это общение людей. Неслучайно в их дом так любят приходить и друзья, и соседи. Олеся сейчас не работает, растит сына, поэтому кухня целиком в ее распоряжении. Списки продуктов составляют вместе, вместе решают, что будут готовить в будни или праздники. Родины придерживаются традиций простого стола: любят блинчики, оладушки, запеканки, пельмени, всевозможные каши. На обед борщ, гороховый или куриный суп. А второе всегда из мяса, так как все мужчины (включая и маленького Антошу) — мясоеды: котлеты, тефтели, отбивные, гуляш, жареная и тушеная курочка. Часто готовят в горшочках, пекут пироги и пирожки, варят вареники, пельмени и много других вкусностей.

В гостях побывали редактор Наталья Колесникова и фотограф Дмитрий Позднухов

Индейка с клюквенным соусом

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 индейка
- по 100 г чернослива, кураги, орехов
- 1 стак. риса
- 1 лимон
- по 2 ст. л. сметаны и майонеза
- чеснок, зелень
- соль, перец

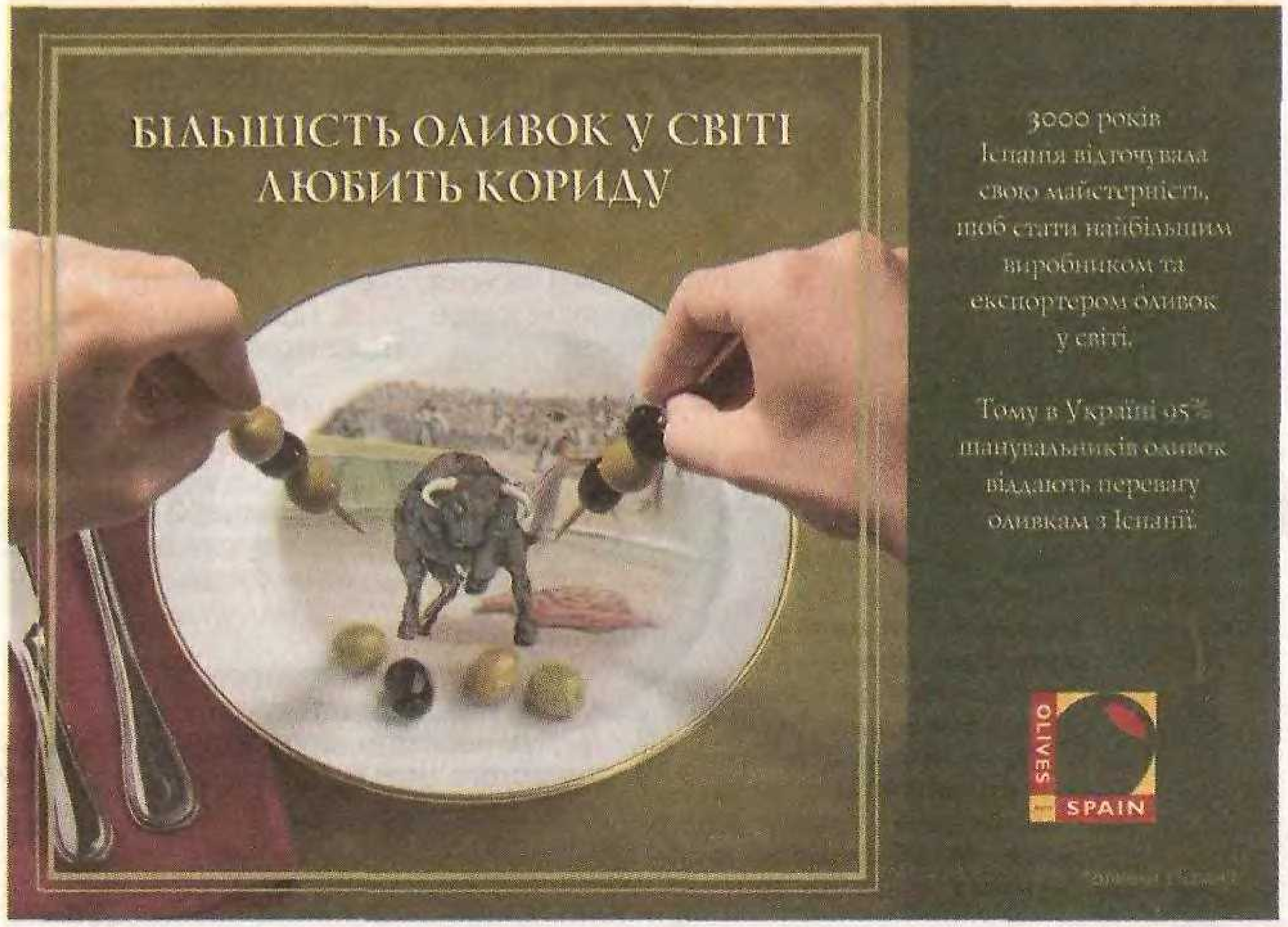
Для соуса:
- 1 стак. клюквы
- по 0,5 ч. л. гвоздики и имбиря
- 1 ч. л. крахмала
- сахар по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Индейку вымыть, обсушить. Чеснок и зелень измельчить, цедру лимона натереть, из лимона выжать сок. Все соединить с солью, перцем, соком лимона, перемешать.
2. Обмазать этой смесью индейку снаружи, внутри. Оставить на 3–6 ч.
3. Сварить рис, соединить и перемешать с черносливом, курагой, орехами. Наполнить тушку, зашить, смазать смесью майонеза и сметаны, поместить в рукав для запекания. Запекать 2–3 ч в духовке, нагретой до 180 °С.
4. **Соус.** Клюкву размять, сварить со специями, сахаром. В конце добавить крахмал, перемешать, охладить.

ПРИГЛАСИТЕ В ГОСТИ!

Хочешь увидеть свою семью на нашей обложке? Пришли нам приглашение в письме вместе с рассказом о себе и своих близких, о ваших любимых блюдах. Не забудь заполнить купон на с. 66. Приглашение пошли по адресу: 01033, Киев, а/я 186, "Люблю готовить!"



Отметим праздник

Надеюсь, мои рецепты придутся вам по душе.

Ольга Шкурная, г. Донецк

Рулетики из говядины по-тираспольски

ПОНАДОБИТСЯ

- 700 г говяжьей вырезки
- 200 г сала
- 3 соленых огурца
- соль
- перец
- майонез
- чеснок
- растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Говядину нарезать кусками толщиной в 1 см и отбить.
2. Посолить, поперчить, положить на каждый по ломтику огурца, сала и чеснока, свернуть рулетиком и скрепить зубочисткой.
3. Рулетики поджарить в растительном масле до золотистого цвета, затем выложить в форму, полить майонезом.
4. Запекать в духовке в течение 15–20 мин.
5. Подавать горячими, посыпав рубленой зеленью.

Мидии по-парижски

ПОНАДОБИТСЯ

- 0,5 кг мидий; 1 луковица; 2 помидора; 0,5 стак. сметаны; 2 стак. сухого белого вина; оливковое масло, соль, специи по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мидии помыть, очистить от пленки, отварить 5 мин, нарезать соломкой.
2. Лук нарезать, поджарить в масле до золотистого цвета, добавить четвертинки помидоров, через 5 мин влить вино, закипятить, добавить сметану и томить до полного загустения. Добавить соль, перец, мидии, прогреть их в соусе 10 мин.

КОНКУРС!

Тема февральского номера – февральские праздники. Это День влюбленных и Масленица. Пришли нам рецепты с фото. Заполни купон на с. 66. За публикацию получишь приз 50 грн.

Кристина Радзивил, г. Симферополь. **Хорошо подойдет к любому столу.**

Салат "Снеговик"

ПОНАДОБИТСЯ

- 400 г маринованных шампиньонов; 1 баночка ананасов; 5 вареных яиц; 300 г ветчины; 150 г майонеза; зелень; маслины; соль; 1 огурец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Шампиньоны, ветчину и яйца нарезать кубиками.
2. Соединить все ингредиенты. Заправить майонезом, посолить по вкусу, перемешать.
3. Сформовать из салата три шара. Выложить их на плоскую тарелку.
4. Из маслин сделать глазки, нос, пуговки.
5. Украсить измельченной зеленью, огурцом

Салат "Освежающий"

Ольга Пятакова, г. Николаев

ПОНАДОБИТСЯ

- 900 г свеклы; 2 яблока; 200 г чернослива; 5 зубков чеснока; 200 г ядер грецких орехов; майонез; 2 твердые груши

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Свеклу отварить, нарезать крупной соломкой.
2. Чернослив промыть, запарить 5–7 мин, просушить, нарезать соломкой.
3. Орехи нарезать кусочками, чеснок измельчить.
4. Яблоки, груши очистить и нарезать соломкой.
5. Соединить все компоненты, добавить майонез и перемешать.

Рулетики из свинины с овощами

Наталья Соловьева, г. Симферополь, АР Крым. **Это блюдо можно готовить и на праздник, и на каждый день.**

ПОНАДОБИТСЯ

- 8 тонких свиных шницелей; пучок петрушки; 50 г сливочного масла; 3 ст. л. раст. масла; 1 луковица; 1 кабачок; 1 ст. л. томатн. пасты; 0,5 кг помидоров; 1 болгарский перец; соль, перец, сахар; 1 зубчик чеснока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Шницели отбить, посолить, поперчить, смазать сливочным маслом. Скатать рулетики, сколоть зубочистками. Обжарить со всех сторон в растительном масле 15 мин.
2. Лук нашинковать, обжарить вместе с нарезанными кубиками помидорами, добавить томатную пасту, нарезанный кубиками кабачок и болгарский перец. Тушить 5 мин. Посолить, поперчить, добавить сахар и измельченный чеснок.
3. Готовые рулетики выложить на тарелку вместе с овощами, украсить зеленью.

Салат "Смакота"

Валентина Баталова, Полтавська обл. **Вирішила поділитись з читачами своїм улюбленим рецептом салату.**

ПОТРІБНО

- 400 г філе оселедця; 3–4 ст. л. рису; 2–3 цибулини; листя зеленого салату; 3 яйця; 150 г майонезу; 1 помідор для прикрашання

ПРИГОТУВАННЯ

1. Філе нарізати рівними шматочками. Цибулю нарізати кільцями, залити на 1–2 хв окропом.

2. Зварений у підсоленій воді рис відкинути на друшлаг і охолодити.

3. Яйця відварити і дрібно нарізати. Листя салату нарізати.

4. З'єднати всі інгредієнти, заправити майонезом і добре перемішати.

5. Викласти салат гіркою, прикрасити шматочками оселедця, яйцем, листочками салату, помідором.

А. Сенькова, Сумська обл. **Смачно і апетитно!**

Салат "Зозулине гніздо"

ПОТРІБНО

- 300 г курячого філе
- 3–4 картоплини
- 1 цибулина
- 4–5 яєць
- 150 г свіжих грибів
- 1 пакетик майонеза
- зелень
- 3–4 ст. л. олії

ПРИГОТУВАННЯ

1. Куряче філе відварити. Картоплю нарізати соломкою та обсмажити.

2. Цибулю нарізати напівкільцями.

3. Яйця відварити, обережно вийняти жовтки (для прикрашання), білки нарізати соломкою.

4. Гриби обсмажити на олії.

5. Все з'єднати та заправити майонезом.

6. Сформувати "гніздо" та прикрасити зеленню. По центру салата покласти жовтки.

Салат с сельдереем "Тайна"

Людмила Чичкань, г. Киев

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 корень сельдерея
- 2 куриных филе
- 0,5 кг шампиньонов
- 300 г твердого сыра
- майонез
- соль
- растительное масло для жарки
- 0,5 стак. ядер грецких орехов

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сельдерей натереть на мелкой терке. Филе сварить в подсоленной воде, нарезать кубиками.

2. Грибы нарезать, обжарить в раст. масле. Сыр натереть на крупной терке. Орехи измельчить.

3. Выложить слоями, смазывая майонезом: сельдерей – куриное мясо – грибы (посолить) – сыр – орехи.

Алина Кудряшова, г. Днепропетровск. **Удивите гостей!**

Мешочки

ПОНАДОБИТСЯ

- 500 г слоеного теста; 600 г куриной голени; 300 г шампиньонов; 700 г картофеля; 150 г лука; 50 мл молока; 30 г масла; соль, перец; раст. масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель почистить, отварить до готовности. Лук и грибы нарезать кубиками, обжарить на раст. масле до тех пор, пока не испарится вся жидкость.

2. В картофель добавить масло, молоко, потолочь. Затем добавить обжаренные грибы, посолить, хорошо вымесить.

3. Голень посолить, поперчить и пожарить до готовности. Тесто раскатать толщиной 3 мм, нарезать квадраты размером 15 см. Из обрезков сделать небольшие лепешки, положить их по центру квадрата, чтобы не порвался. В середину положить 2–3 ст. л. картофельной массы, поставить на нее вертикально голень. Собрать края теста так, чтобы получился мешочек. Края обвязать ниткой. Косточки обернуть фольгой, чтобы не подгорели.

4. Противень посыпать мукой, выпекать в духовке 15–20 мин при 200 °С.

5. С готовых мешочков снять нитки.

Время приготовления: 1 ч
Количество порций: 4

Татьяна Мельник, г. Николаев. **На нашем праздничном столе часто бывают разнообразные блюда из курицы.**

Ризотто с курицей

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 куриная грудка
- 150 г риса
- 1 луковица
- 300 г шампиньонов
- 200 г твердого сыра
- растительное масло
- соль
- перец

Для украшения:

- листья салата, 2 помидора, 1/2 лимона, 1 сладкий перец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Шампиньоны вымыть, нарезать дольками, 7–8 целых грибов оставить для украшения.

2. Луковицу очистить, мелко нарезать.

3. Куриную грудку вымыть, отварить почти до готовности. Остудить, нарезать кубиками среднего размера. Бульон оставить.

4. Рис промыть несколько раз, дать воде стечь.

5. Обжарить лук на сковороде на растительном масле. Добавить к луку рис, куриную грудку, шампиньоны, перемешать и слегка обжарить на маленьком огне.

6. Через несколько минут начать частями вливать куриный бульон. Тушить около 20 мин, подливая бульон по мере того, как он будет впитываться рисом. Всего понадобится около 400 мл бульона. Посолить, поперчить по вкусу.

7. Готовое ризотто выложить на блюдо, выстеленное листьями салата, посыпать натертым на мелкой терке сыром. Украсить шампиньонами, помидорами, кусочками лимона.

8. Блюдо подавать горячим.

Лариса Кавун советует

- **Ризотто можно приготовить также с сухими грибами.**
- **Перед тем как снять блюдо с огня, положите в него 50 г сливочного масла, хорошо перемешайте.**

Фото: А. Соколов

РЕВОЛЮЦИЯ В ОБЛАСТИ ПОХУДЕНИЯ!

САМЫЙ НОВЫЙ ПРОДУКТ ПО КОНТРОЛЮ ВЕСА УЖЕ В АПТЕКАХ

Hoodi-Da

Natural Appetite Suppressant Capsules

Комфортное похудение 24 часа в сутки

Капсулы Hoodi-Da (Худи-Да) – новейший, натуральный продукт контроля веса, в котором реализована современная концепция борьбы с избыточным весом, обеспечивающая быстрый и эффективный результат (до 90%!).

Hoodi-Da способствует легкому сбросу веса до 8 кг, пропорциональной, заметной потере в объемах талии и бедер, являясь абсолютно комфортным и безопасным для здоровья.

Hoodi-Da позволяет Вам быстро восстановить идеальный вес, изменить себя, почувствовать себя уверенно, не меняя свой привычный образ жизни!

- **Высокая эффективность, обеспечивает быструю коррекцию фигуры, исключает обвисание кожи.**
- **Стимулирует механизм саморегуляции веса, препятствует повторному набору веса.**
- **Сжигает до 30% жиров, которые поступают в организм с пищей.**
- **Способствует уменьшению аппетита на 30-50% благодаря молекуле P57, содержащейся в экстракте Худии (Hoodia).**
- **Нормализирует обменные процессы, регулирующие обмен жиров и углеводов в организме.**

теряй с ОДНОЙ капсулой до 130 грамм

Революцию в похудении во всём мире произвёл кактус. Средства для похудения на основе кактуса Худии Гордонии сейчас № 1 в мире. Это самый продаваемый продукт для снижения веса в США и Европе.

Будьте уверены, что капсулы Hoodi-Da работают:

• Вы больше не будете смотреть на себя в зеркало с недовольством и сожалеть, что имеете лишний вес. Вы станете стройной и сексуальной.

• Вы можете снизить усвоение жира на 30% – теперь вместо того, чтобы изучать этикетки продуктов с мыслями «как похудеть?», просто наслаждайтесь любимой едой.

• Вы больше не будете постоянно сопротивляться искушению: если Вы постоянно хотите шоколад, мучную пищу или картофель фри, средство для похудения Hoodi-Da (Худи-Да) поможет снизить аппетит и сказать этой пищи нет.

Поверьте, быстро похудеть, обрести красоту и прийти в тонус не так уж и сложно!

Мы все страдаем от нехватки мотивации, когда пытаемся быстро похудеть и привести себя в форму, и нас может утешить то, что у нас есть помощники в виде капсул Hoodi-Da.

Hoodi-Da предлагает Вам здоровый путь и облегчает контроль Вашего веса, помогая не только похудеть, но и приобрести здоровые привычки в питании, стать привлекательней и улучшить здоровье! Результаты говорят сами за себя!

Остановитесь и подумайте о том, что бы изменилось, если бы Вы смогли быстро похудеть и иметь такое тело, о котором всегда мечтали, стали стройной и привлекательной, с Hoodi-Da это сделать просто! Очень скоро Вы увидите в зеркале другого человека – намного более счастливого, здорового и уверенного в себе, который прекрасно выглядит и отлично себя чувствует!

Уже тысячи убедились в том, что Hoodi-Da безопасное и максимально эффективное средство для контроля веса.

Не нужно ощущать себя так, как будто жизнь проходит мимо, Вы можете все взять в свои руки, заказав капсулы Hoodi-Da прямо сейчас!

С Hoodi-Da Вы можете быть на 100% уверенными в том, что Вы на пути к созданию более здорового, стройного и привлекательного себя.

Гарантированный возврат денег.
Если после прохождения курса Hoodi-Da через 60 дней снижение веса не произойдет, мы вернем Вам деньги.
Производитель предлагает гарантию возврата денег потому, что полностью уверен в качестве и эффективности своей продукции, потому что средство действительно работает и похудение гарантировано.
Это самая лучшая гарантия, которую мы могли бы Вам предложить.

Внимание! Если потеря веса идет слишком высокими темпами (более чем 3,5-4 кг в неделю) следует уменьшить дозировку.

Заказ и консультации по телефону (044) 244-11-29 (многоканальный)
ВЫ МОЖЕТЕ ОТПРАВИТЬ СМС с заказом на номер (063) 233-53-06
В СМС укажите свое ФИО, точный адрес и количество штук.
Стоимость 1 упаковки расчитаной на 30 дней — 280 грн.
Действует акциядо конца 2009 года: при заказе 2-х упаковок цена — 500 грн. (экономия 60 грн.); 3-х упаковок — 730 грн. (экономия 110 грн.)
Ваш заказ Вы получите в своем почтовом отделении в ближайшее время.

www.hoodi-da.in.ua

Hoodi-Da ПОХУДЕТЬ ПРОСТО!

Время приготовления: 1 ч 10 мин
Количество порций: 4

Улюблені котлети

Кожен з нашої великої родини Марченкових, а це Олег, Віталій, Наталя, Валентина Григорівна, Сергій Олексійович, Любов Красняк, мають свої улюблені страви. Але котлетки з курчати у нас люблять усі. Пропоную їх рецепт. Спробуйте приготувати, вам обов'язково сподобається.

Олег Марченков,
м. Могилів-Подільський

КОНКУРС!

Покажи свой мастер-класс! Для этого пришли рецепт и фото поэтапного приготовления любимого блюда вместе со своим фото и купоном со с. 66. Приз за публикацию 100 грн.

а

Котлети з курчати

ПОТРІБНО

- 1 курча
- корінь петрушки
- 1 морквина
- 1 цибулина
- 2 яйця
- 1 скл. борошна
- 1/2 скл. світлого пива
- сік 1/2 лимона
- тертий мускатний горіх
- сіль, перець
- зелень і овочі для прикраси
- жир для смаження

ПРИГОТУВАННЯ

1. Курча вимити, відварити в підсоленій воді з корнем петрушки та морквою **(а)**, охолодити.

2. Відварене курча розрубати на 5–6 котлет **(б)** і обережно відокремити від кісток і шкіри. М'ясо поперчити, посолити, скропити лимонним соком **(в)** і витримати 20 хв.

3. З сирих жовтків, олії, пива, дрібки мускатного горіха і борошна приготувати густе тісто, дати постояти.

4. Через 30 хв. додати в тісто білки, збиті з кількома краплями лимонного соку в круту піну.

5. Шматочки м'яса занурювати в тісто, наколовши на виделку **(г)**, і смажити до золотистого кольору **(д)**.

6. Готові котлетки викласти на тарілку, прикрасити зеленню та свіжими чи відвареними овочами за смаком.

Лариса Кавун советует

● Такой кляр подходит также для рыбы. В него можно добавить измельченный репчатый лук или зелень.

б

в

г

д

Вкусная экономия

Это очень оригинальное блюдо!

Алла Корецкая, Луганская обл.

Фаршированные колбаски

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для начинки:** 500 г куриного фарша; 200 г грибов; 1 луковица; 1–2 зубчика чеснока; 1 вареное яйцо; 0,5 стак. риса; соль

● **Для соуса:** 2 ст. л. майонеза или сметаны; 1 ст. л. кетчупа; 0,5 ч. л. овощной приправы

● 0,5 кг шкурок с куриных шеек

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить фарш. Грибы отварить и мелко нарезать. Лук и чеснок очистить, натереть на мелкой терке. Рис сварить в подсоленной воде до полуготовности. Яйцо нарезать кубиками. Соединить все, посолить, перемешать.

2. Приготовить соус. Кетчуп развести в 0,5 стак. кипяченой воды, добавить майонез или сметану и приправу, хорошо размешать.

3. Шкурки с куриных шеек вымыть, удалить лишний жир, пленки. Зашить с одной стороны. В готовые "мешочки" положить фарш. Вторую сторону закрыть шкуркой.

4. Сложить фаршированные шкурки в форму для запекания. Залить "колбаски" соусом.

5. Запечь в предварительно разогретой до 170 °С духовке в течение 1,5–2 ч.

КОНКУРС!

Умеешь готовить вкусно недорогие и красивые блюда? Есть интересные рецепты? Пришли их вместе с фото. Заполни купон на с. 66. За публикацию получишь приз 50 грн.

Аліна Сенькова, м. Глухів, Сумська обл. **Уха – дуже смачна страва!**

Уха із морського окуня

ПОТРІБНО

- 1 морквина
- 4 картоплини
- 1 цибулина
- 1 морський окунь
- зелень
- сіль за смаком
- лавровий лист

ПРИГОТУВАННЯ

1. Окуня почистити, вимити, нарізати великими шматками, натерти сіллю.

2. Картоплю почистити, нарізати кубиками, моркву почистити, нарізати кружечками, цибулю – напівкільцями.

3. Варити овочі протягом 10–15 хв в 2 л води.

4. Додати до юшки рибу та лавровий лист, варити протягом 15 хв.

5. Посолити за смаком, додати зелень та одразу виключити.

Крокетки з картоплі

Оксана Зарічна, Львівська обл. **На фото я з доньками.**

ПОТРІБНО

● 1 кг картоплі; 4 яйця; 50 г вершкового масла; борошно; мелені сухарі; олія для жарки

ПРИГОТУВАННЯ

1. Картоплю потовкти, додати яйця, масло, сіль, перець, добре розмішати.

2. Із отриманої суміші сформувати невеликі кульки, обваляти їх у борошні, вмокнути у збиті яйця, обваляти в сухарях.

3. Жарити з усіх сторін на олії до золотистого кольору.

Салатик с сердцем

Валентина Жицкая, г. Днепродзержинск, Днепропетровская обл. **По вкусу такой домашний, очень легкий и всеми любимый.**

ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г моркови; 2 луковицы; 500 г сердца (говяжье или куриные сердечки); 3–4 ст. л. майонеза; перец; 2 ст. л. раст. масла

● **Для маринада:** 0,5 ст. л. сахара; 0,5 ст. л. уксуса 5-процентного; 0,5 стак. воды; 0,5 ст. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Лук нарезать полукольцами, положить в маринад на 1 ч.

2. Морковь почистить, натереть на терке для корейской моркови. Тушить в сковороде с раст. маслом 15–20 мин.

3. Сердце говяжье или куриные сердечки отварить в подсоленной воде, остудить, нарезать соломкой.

4. Соединить морковь, сердце, отжатый от маринада лук. Заправить майонезом, перемешать.

Капуста в банке

Валентина Колесникова, Харьковская обл.

ПОНАДОБИТСЯ

- 3–4 кг капусты; 1 морковь; семена укропа; черный перец горошком; лавровый лист
- **Для рассола:** 1,5 л воды; 2 ст. л. соли; 2 ст. л. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить рассол. В закипающую воду добавить соль и сахар, размешать. Остудить.
2. Капусту нашинковать, морковь нарезать соломкой.
3. Соединить капусту, морковь, укроп и перец. Перемешать.
4. В 3-литровую банку плотно уложить капусту, добавив лавровый лист.
5. Залить капусту охлажденным рассолом, поставить банку в большую миску.
6. Через 3 дня капуста готова.

Валентина Дубовик, г. Киев. **Закуска очень сытная и вкусная.**

Рулетики "Закусочные"

ПОНАДОБИТСЯ

- 2 армянских лаваша; 1 банка печеночного паштета; 2 плавленых сырка; 100 г сливочного масла; 4 вареных яйца; 5–6 зубчиков чеснока; 100 г майонеза; зелень для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Плавленые сырки, яйца и сливочное масло натереть на терке, добавить чеснок и майонез, перемешать. Первый лист лаваша намазать печеночным паштетом, накрыть вторым листом, который намазать салатиком из сырков.
2. Свернуть рулетом, поставить в холодильник на несколько часов пропитаться.
3. Затем нарезать на порционные куски, выложить на тарелку и украсить зеленью по своему вкусу.

Плов с тыквой

Наталья Луданая, г. Энергодар, Запорожская обл. **Я не очень люблю тыкву, но это блюдо мне нравится.**

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 стак. риса; 2 стак. молока; 300 г тыквы; 0,5 стак. изюма без косточек; 1 ст. л. меда; 1 ст. л. топленого масла; соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Молоко посолить, довести до кипения, всыпать рис, варить до готовности на среднем огне. Добавить к рису мед, хорошо перемешать.
2. Мякоть тыквы нарезать кубиками, залить кипятком на 10–15 мин.
3. Рис соединить с тыквой, маслом, изюмом, перемешать, выложить в смазанную маслом форму.
4. Запечь в духовке в течение 15 мин при 200 °С.

Марина Сорочан, пгт Мелиоративный, Днепропетровская обл.

Запеканка "Вкусняшка"

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 стак. риса
- 0,5 стак. сахара
- 3 яблока
- 100 г изюма
- 1 пакетик ванильного сахара
- 300 г творога
- 1 яйцо
- сливочное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рис сварить в воде до полуготовности.
2. Яблоки очистить от кожуры, натереть на крупной терке.
3. Изюм запарить кипятком на 20 мин.
4. Соединить рис, сахар, яблоки, распаренный изюм, ванильный сахар, творог, хорошо перемешать.
5. Посуду для запекания смазать сливочным маслом, выложить полученную массу, сверху смазать взбитым яйцом.
6. Выпекать в течение 30 мин в предварительно разогретой до 180 °С духовке. Можно подавать горячей и холодной.

Здавна, готуючи цю страву, українські господині вкладали в неї всю свою турботу і любов, тому вона мала надзвичайно ніжний смак та аромат. Яєчна локшина «Мівіна» виробляється сьогодні на основі давньої національної рецептури з додаванням яєчних жовтків.

Така домашня... Така яєчна...

Время приготовления: 50 мин
Количество порций: 4

Светлана Малышко, пос. Новый, Кировоградская обл.
Это вкусное и необычное блюдо понравится всем.

Мясные улитки

ПОНАДОБИТСЯ

Для теста:
- 2,5–3 стак. муки
- 0,75–1 стак. молока (или воды)
- 1 яйцо
- 250 г мяса (свинина, курица)
- 1 луковица
- 0,5 пачки соленой соломки
- соль
- перец
- растительное масло для обжаривания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Муку просеять в миску, сделать в ней углубление, влить слегка взбитые яйца, добавить соль и, вливая понемногу воду, замесить эластичное тесто.

2. Переложить тесто на посыпанную мукой доску и раскатать в тонкий пласт. Затем тесто нарезать полосами шириной 3–5 см.

3. Мясо вымыть, обсушить бумажной салфеткой, пропустить через мясорубку вместе с луковицей. Добавить соль, перец, хорошо перемешать.

4. Взять немного фарша, "одеть" его на соломку, а затем обвить полоской теста. Сделать такие "улитки" из всего фарша.

5. "Улитки" обжарить в предварительно разогретой глубокой сковороде в раст. масле до золотистого цвета.

Фото: Л. Дышлюк

Париса Кавун советует

- **Воду для теста лучше брать не теплую, а холодную, даже ледяную. Такое тесто долго не подсыхает.**
- **Чтобы тесто было более эластичным, добавьте в него при замешивании 2 ст. л. растительного масла или положите тесто в кулек и дайте постоять 30 мин.**
- **Если "улитки" готовятся со свиным фаршем, то их следует довести до готовности в духовке в течение 10–15 мин.**

ЕСЛИ РЕБЕНОК **ПРИНИМАЕТ АНТИБИОТИК**

Зима, простуды, больничные листы, антибиотики и последствия их приема… Как выкарабкаться из этого замкнутого круга?

Позаботиться об иммунитете. Особенно, если вопрос касается ребенка. Больше свежего воздуха, витаминов, соков и обязательно — нормализация баланса микрофлоры кишечника, ведь от нее зависит, насколько организм будет силен в целом.

Малышам, которым пришлось лечиться антибиотиками, особенно важно привести микрофлору в порядок. В этом помогут не кефирчики или йогурты (как многие мамы по старинке пытаются решить проблему), а более мощные союзники, такие как Ацидолак. Этот натуральный препарат в отличие от других содержит самое большое количество полезных пробиотических молочнокислых бактерий — лакто- и бифидобактерии, а также среду для их жизнедеятельности — рафтилозу. Ацидолак создан специально для детей, но может применятся и у взрослых. Детям с 2-х лет достаточно принимать 1-2 саше в день одновременно с приемом антибиотиков или в профилактических целях. Он имеет приятный сладкий вкус и хранится без холодильника.

ацидолак
пробіотик + пребіотик

Приймаєте антибіотик? Необхідний ацидолак!

- Містить найбільшу кількість лактобактерій, біфідобактерій та середовище для їх життєдіяльності
- Нормалізує мікрофлору кишечнику при лікуванні антибіотиками
- Лише 1–2 саше на добу. Вміст саше розчинити в воді, молоці чи йогурті
- Має солодкий смак, що подобається дітям
- Для дітей віком від 2 років
- Відпускається без рецепта

НЕ ПОТРЕБУЄ ЗБЕРІГАННЯ У ХОЛОДИЛЬНИКУ

Реклама лікарського засобу. Зберігати в недоступному для дітей місці при температурі не вище 25°С. Термін зберігання 18 міс. Виробник. Хр. Хансен А/С, Данія. Заявник. Медана Фарма АТ, Польща. Перед застосуванням проконсультуйтесь з лікарем та ознайомтесь з інструкцією-вкладишем. Р.П. МОЗ України UA/7942/01/01 від 07.08.2008. Представництво ЗФ «Полфарма» С.А. в Україні: ул. Тургенєвська, 15, 8 поверх, м. Київ, 01054. www.polpharma.ua

polpharma
medana

Побалуем вкусным любимых

Я приготовил для своих любимых жены Елены и дочери Юлии вкусную курочку.

Юрий Артюшенко, г. Алчевск, Луганская обл.

Курочка для любимых

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 курица (1,5 кг)
- соль, перец
- кисть винограда

Для маринада:
- 150 г майонеза
- 150 г томатного соуса с чесноком
- соль, перец
- 1 лимон

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Курицу вымыть, обсушить бумажным полотенцем. Посолить, поперчить, обильно смазать майонезом и кетчупом внутри и снаружи.

2. Лук нарезать полукольцами, чеснок измельчить, соединить их с оставшимся майонезом и кетчупом. Добавить сок лимона. Перемешать. Сверху выложить курицу, накрыть пищевой пленкой, поставить в холодильник на 30 мин.

3. Курицу вынуть, положить грудкой вниз на смазанный жиром противень.

4. Запекать в духовке в течение 45–50 мин при 200 °С.

5. Готовую курицу выложить на блюдо, украсить виноградом и зеленью.

Лариса Кавун советует
- **По этому рецепту можно приготовить и утку.**
- **Чтобы курица была сочнее, ее можно вначале немного приварить.**

КОНКУРС!

Намечается торжество? Чем будешь угощать гостей? Рецепты и фото присылай в редакцию. Не забудь посмотреть и заполнить купон на с. 66. За публикацию получишь 50 грн.

Ирина Обухова, г. Киев

Салат "Полянка"

ПОНАДОБИТСЯ
- 4 яйца; 1 морковь; 0,5 банки зеленого горошка; 2 луковицы; 2 куриных бедрышка; 3 соленых огурца; майонез; лаваш; укроп, петрушка; соль
- **Для маринада:** 0,5 л воды, 4 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли, 4 ч. л. уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца сварить, нарезать кружочками. Морковь сварить, натереть на крупной терке (1/4 оставить для украшения). Лук нарезать полукольцами, замариновать в воде с солью, сахаром и уксусом. Бедрышки сварить, разобрать мясо на волокна руками. Огурцы нарезать соломкой. Зелень измельчить.

2. Выложить салат слоями, смазывая майонезом: яйца – морковь – горошек – лук – бедрышки – огурцы. Посыпать зеленью. Украсить цветочками из лаваша, внутрь которых положить кусочек морковки.

Салат "Ананасовая трапеция"

Надежда Дашко, Херсонская обл.

ПОНАДОБИТСЯ
- 2 куриных филе; 1 луковица; 2 помидора; 1 банка маринованных грибов; 1 банка консервированных ананасов; черный молотый перец; соль; майонез

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе отварить в подсоленной воде. Остудить, нарезать кубиками. Помидоры нарезать полукольцами. Грибы нарезать кубиками. С ананасов слить воду, нарезать кубиками. Лук нарезать полукольцами.

2. Выложить слоями, смазывая майонезом: филе – лук – помидоры (посолить) – грибы – ананасы. Сверху посыпать черным перцем.

Отбивные по-домашнему

Маргарита Попова, г. Луганск. **Мои доченьки Вика и Дашенька и муж Денис очень любят это блюдо.**

ПОНАДОБИТСЯ
- 0,5 кг куриного филе; 2 луковицы; 4–5 помидоров; 150–200 г грибов; 150 г твердого сыра; майонез; соль; перец; уксус; растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Лук нарезать кольцами, замариновать в уксусе с водой в пропорции 1:1, добавить молотый перец. Куриное филе нарезать кусочками среднего размера, отбить. Помидоры нарезать кольцами. Грибы нарезать небольшими кубиками. Сыр натереть на крупной терке.

2. На смазанный растительным маслом лист выложить филе. Посолить, поперчить, выложить сверху лук и грибы. Смазать майонезом, положить кружочки помидоров, посыпать сыром.

3. Запекать в духовке при 200 °С 45–60 мин.

Салат "Морской конек"

Ирина Обухова, г. Киев

ПОНАДОБИТСЯ

- 2 картофелины; 1 морковь; 1 луковица; 1 баночка шпротных консервов; 100 г сыра; 3 яйца; 150 г майонеза; красная икра для украшения; соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель сварить, почистить, натереть на крупной терке.

2. Лук мелко нарезать. Морковь натереть на крупной терке. Обжарить на раст. масле до золотистого цвета.

3. Со шпрот слить масло, нарезать их крупными кусками.

4. Сыр нетереть на крупной терке.

5. Яйца сварить, почистить, натереть на крупной терке.

6. Выложить слоями в форме морского конька, смазывая майонезом: картофель (посолить) – лук – морковь – шпроты – сыр – яйца. Украсить икрой.

Леся Павленко, г. Черкассы. **Вкуснятина!**

Салат "День рождения мужа"

ПОНАДОБИТСЯ

- 0,5 кг куриного филе; 1 баночка консервированных ананасов; 100 г твердого сыра; 1 баночка маслин без косточек; 150 г майонеза; соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе отварить в подсоленной воде, нарезать кубиками. Сыр натереть на крупной терке. С ананасов слить жидкость, нарезать их кубиками. Маслины нарезать кружочками поперек.

2. Блюдо смазать майонезом, выкладывать слоями, смазывая каждый майонезом: куриное мясо (посолить) – ананасы – сыр.

3. Верхний слой смазать майонезом, украсить кусочками маслин.

Соус "Мехико"

Свешникова Наталья, г. Киев. **На праздничный стол я всегда готовлю вкусные соусы.**

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 п. кетчупа; 1 болгарский перец желтого цвета; 2 ст. л. семян кунжута; 1 ч. л. сухого порошка имбиря; черный молотый перец; укроп и петрушка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сладкий перец нарезать мелкими кубиками. Укроп и петрушку измельчить.

2. В кетчуп добавить сладкий перец, зелень, семена кунжута, порошок имбиря, черный молотый перец по вкусу.

3. Все хорошо перемешать, выложить в небольшие вазочки, подать к столу.

Лидия Борисенко, г. Харьков. **Замечательное блюдо к празднику.**

Гнезда кукушки

ПОНАДОБИТСЯ

- **Для котлет:** 300–400 г свино-говяжьего фарша; 1 луковица; 6–7 шампиньонов; 50–70 г твердого сыра; зелень петрушки; 1 яйцо; соль, перец
- **Для картофельного пюре:** 6–8 картофелин; 0,5 стак. молока; 10 г сливочного масла; соль
- 8–10 перепелиных яиц; 1 куриное яйцо для смазывания; растительное масло для жарки; зелень для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мелко нарезанный лук обжарить в растительном масле 4 мин, добавить нарезанные маленькими кубиками грибы и жарить, помешивая, 5–6 мин. Остудить. Смешать с мясным фаршем, добавить куриное яйцо, рубленую зелень, тертый сыр, соль, перец и хорошо вымешать.

2. Из приготовленного фарша сформовать небольшие котлетки и обжарить в течение 6 мин на разогретой сковороде.

3. К этому времени приготовить картофельное пюре (взбить миксером).

4. На смазанный маслом противень выложить котлеты и при помощи кондитерского мешочка с насадкой "звездочка" отсадить картофельное пюре вокруг котлеток так, чтобы получились "гнездышки". В каждое "гнездышко" вбить перепелиное яйцо и слегка посолить.

5. "Гнездышки" аккуратно обмазать желтком.

6. Поставить запекаться в предварительно разогретую до 180 °С духовку примерно на 20–25 мин.

Гастритол

Травна система під захистом трав!

РОСЛИННИЙ, БЕЗПЕЧНИЙ ТА ЕФЕКТИВНИЙ ПРЕПАРАТ

Унікально підібраний склад Гастритола дозволяє швидко та ефективно подолати:

- печію • метеоризм • нудоту
- відчуття важкості у шлунку
- знімає спазми і біль
- покращує перистальтику кишечнику
- нормалізує виділення і склад жовчі
- стимулює вироблення травних ферментів

Виробник: Др. Густав Кляйн, Німеччина "Натурфарм" ліцензія МЗ №469291

Ексклюзивний представник в Україні: Представництво компанії Apen Pharma GmbH (Швейцарія), тел.: 8 044 431 8 431

Время приготовления: 30 мин
Количество порций: 4–6

Дина Грушовенко, г. Шостка, Сумская обл. **Предлагаю рецепт одного из своих фирменных салатов.**

Салат "Морской"

ПОНАДОБИТСЯ

- 0,3 кг тушек кальмара
- 200–300 г крабовых палочек
- 300 г креветок
- 7 яиц
- 2–3 свежих огурца среднего размера
- 1–2 луковицы
- майонез
- соль

Для украшения:

- 150 г красной икры (белковой)
- зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Креветки отварить в подсоленной воде в течение 5–10 мин, откинуть на дуршлаг, почистить.

2. С кальмаров снять кожицу, удалить внутренности, хорошо промыть. Затем опустить в подсоленный кипяток и отварить на слабом огне в течение 2–3 мин. Остудить кальмаров в отваре.

3. Отваренные кальмаров нарезать соломкой.

4. Огурцы и крабовые палочки также нарезать соломкой.

5. Яйца отварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать соломкой.

6. Лук нарезать тонкими полукольцами.

7. Все ингредиенты для блюда сложить в салатницу, посолить, аккуратно перемешать, заправить майонезом.

8. Сверху украсить икрой и зеленью. На половинку вареного яйца положить немного икры и 1 креветку, выложить на салат.

Лариса Кавун советует

- **В воду для отваривания креветок добавьте по вкусу укроп, лавровый лист, душистый перец или другие специи.**
- **Салат также можно приготовить используя часть видов морепродуктов.**
- **Кальмаров можно отварить на пару в течение 8–10 мин.**

Фото: Л. Дышлюк

Одна из самых знаменитых экстрасенсов мира Эстер Лэн шлет Вам послание:

"Я ХОЧУ ПОМОЧЬ ВАМ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ВСЕХ ФИНАНСОВЫХ ПРОБЛЕМ И ТЯГОТ – БЕСПЛАТНО"

В моих силах помочь Вам. Это не будет стоить Вам ни гривны – ни сейчас, ни потом. Вам надо лишь написать мне сегодня!

Прежде чем продолжить, позвольте задать Вам три вопроса:

1. Верите ли Вы, что богатство, слава и успех во всех начинаниях – удел лишь редких счастливцев?

2. Верите ли Вы, что удача стучится в дверь лишь рожденным под счастливой звездой?

3. Верите ли Вы, что счастье и радости жизни доступны лишь немногим избранным?

Если Вы ответили НЕТ на любой из этих трех вопросов, то Вы можете рассчитывать на лучшую, счастливую жизнь в скором будущем. Вот как я планирую помочь Вам достичь этого.

Это предложение на 100% БЕСПЛАТНО, но предназначено далеко не всем. Оно только для людей с реальными проблемами. ДА, если все складывается не так, как Вам хотелось бы, если экономический кризис обострил все проблемы до предела, растущие денежные трудности приводят к конфликтам в семье, а мысли о накопившихся долгах не дают спать по ночам, если Вам кажется, что удача отвернулась от Вас, что жизнь бессмысленна и выхода нет, читайте далее внимательней!

Каждый день, читая свою почту, я с горечью вижу, как много людей живет тяжело и плохо, не видя выхода. Хотя зачастую им требуется лишь один толчок, чтобы обрести успех, любовь, счастье и избавиться от мучительных проблем. Поэтому я решила помочь наиболее нуждающимся в поддержке, предложив им бесплатно мой особый магнетический талисман, способный изменить их жизнь и дарующий чудодейственную силу.

Этот талисман уже доказал свою эффективность; он не чета якобы «магическим» амулетам, которые Вам, возможно, предлагали в прошлом.

Вам трудно в это поверить?

Однако, Вы ничего не теряете, а приобрести можете многое. На сей раз, Вы не будете разочарованы! И вот почему: во-первых, едва открыв в себе исключительные способности, дарованные мне Провидением, я решила, что моя главная задача – творить добро и исправлять несправедливости, которые вижу вокруг. Если и у Вас есть проблемы с деньгами, если Вас преследуют неудачи или не складывается личная жизнь, я хочу помочь и Вам. Вам надо лишь принять мой бесплатный подарок. Он ничего не будет стоить Вам, но принесет немалую пользу. Вот несколько примеров того, что может ожидать и Вас:

"Я носила Талисман (следуя Вашим указаниям) и, как Вы и обещали, ко мне вернулся муж. Он бросил пить и стал гораздо внимательнее ко мне. Теперь у него хорошая работа, но главное, наша семья не раскололась. Не знаю, как Вас благодарить." (Екатерина Н., Сумы)

"Впервые услышав о Вашем Талисмане, я сомневалась, что он поможет. Моя семья устала от пустых посулов, я разуверилась в сверхъестественном. Но, поскольку Ваше предложение было бесплатным, я решила рискнуть. И едва я получила Талисман, моя жизнь изменилась чудесным образом. Я получила солидное наследство от человека, о котором раньше и не слышала, мой сын женился на хорошей девушке, и теперь, в возрасте 50 лет, я уже счастливая бабушка. Я очень благодарна Вам за всё." (Елена Ф., Бердянск)

Это лишь несколько отзывов из тысяч, которые каждую неделю приносит мне почта. Я распечатала их, чтобы показать, что я могу сделать для Вас!

Драгоценный подарок

Талисман, который я предлагаю Вам, изначально предназначался только знаменитостям из мира шоу-бизнеса, спорта и политики. Теперь я хочу, чтобы и Вы ощутили его благотворное влияние. По легенде, Александр Великий потерял этот Талисман за неделю до своей смерти от таинственной болезни.

Всего через 48 часов Вы начнете ощущать благотворное воздействие

И это не будет чудом: магнетизм Талисмана эффективно привлекает удачу и ограждает от негативных волн. Лишь немногие в мире владеют им. Едва взяв Талисман в руки, Вы ощутите его поразительную силу. Ваш скепсис сменится изумлением. Не придется долго ждать: всего через 48 часов влияние Талисмана проявится каким-то образом (неожиданный выигрыш, предложение работы, любовь с первого взгляда...)

Желания всех индивидуальны

Вот почему невозможно заранее сказать, что ждет Вас с получением Талисмана. Несомненно одно: что-то произойдет, причем в области, которая наиболее важна для Вас. Например, если у Вас финансовые трудности, сила Талисмана проявится в первую очередь в неожиданных денежных выигрышах.

Это как взять в руки волшебную палочку

Возможно, сегодня Вам кажется, что Вы родились под несчастливой звездой, что всё идет не так. Позвольте мне доказать, что Вы заблуждаетесь. Доказать, что все Ваши проблемы могут исчезнуть благодаря моему Талисману.

КТО ТАКАЯ ЭСТЕР ЛЭН?

Эстер Лэн, возможно, величайшая из ныне живущих медиумов. В течение более 20 лет она предсказывает самые непредсказуемые события. Она - один из признанных авторитетов астрологии. Ее слава признана как СМИ, так и широкой публикой. Знаменитости из мира шоу-бизнеса, политики и предприниматели выстраиваются в очереди, чтобы проконсультироваться у нее.

Эстер Лэн ведет плодотворные научные исследования в области сверхъестественного. Разработанные ею методы дают поразительные результаты. Она помогает тысячам людей решить их проблемы – от простых до сложнейших.

В знак признания заслуг она была удостоена "Золотой Пирамиды" – Высшей награды Фестиваля Оккультных Наук 1997 г. Она – признанная международная Королева паранормального.

Вы ничего не платите. Судите сами...

Даже если Вы настроены скептически, не отказывайтесь. Уверена: Талисман развеет Ваши сомнения. И он для Вас абсолютно бесплатен, так что Вы ничем не рискуете. Ваша жизнь изменится сверх самых смелых ожиданий.

Поскольку предложение бесплатно, оно ограничено 500 первыми откликами. Не теряйте времени.

Действительно, я просто физически не успею изучить все индивидуальные случаи и зарядить слишком много Талисманов, поэтому в ближайшие дни я смогу помочь только 500 людям. Поскольку я хочу помочь в самом важном, прошу Вас отметить в купоне, какие перемены для Вас наиболее желательны. Но главное – **НЕ ПРИСЫЛАЙТЕ ДЕНЬГИ. ЭТО СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО!**

Я предлагаю ВТОРОЙ ПОДАРОК в самых серьезных случаях

Просто укажите дату и место своего рождения. Вместе с Магическим Талисманом я пришлю Ваше Астрологическое исследование из нескольких страниц, в котором будет раскрыто Ваше ближайшее будущее и перспективы на грядущие месяцы. Это исследование подскажет Вам ответы на многие вопросы и пути решения Ваших проблем. Поторопитесь: чтобы получить его, Вы должны ответить мне в течение 5 дней.

ПРИСМОТРИТЕСЬ К ЭТОЙ ЖЕНЩИНЕ. Она ДЕЙСТВИТЕЛЬНО может помочь Вам. Своей волей, благодаря УНИКАЛЬНОМУ мистическому дару, она помогает самым нуждающимся и ведет их к лучшей жизни... Это ждет и Вас! Это действительно так!

УНИКАЛЬНАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ, КОТОРУЮ НЕЛЬЗЯ УПУСТИТЬ

Что Вам необходимо больше всего? *(Отметьте соответствующие пункты и заполните купон)*

- ❑ Я хочу найти работу с хорошей зарплатой
- ❑ Я хочу выиграть судебный процесс
- ❑ Я хочу встретить любовь своей жизни
- ❑ Я хочу ощущать, что меня любят
- ❑ Мне нужна удача в играх.
- ❑ Я хочу вернуть любимого человека
- ❑ Я хочу выиграть следующую сумму денег (в гривнах): ....
- ❑ Иное (опишите кратко): ....

БЕСПЛАТНЫЙ КУПОН НА МАГИЧЕСКИЙ ТАЛИСМАН

Заполните и отправьте, как можно скорее, по адресу: *04112 Киев, а/я 92, фирма Д.М.С., для ЭСТЕР ЛЭН.*

❑ ДА, меня интересует заряженный Вами Магический Талисман. При этом подразумевается, что:

1. Я получу его БЕСПЛАТНО в запечатанном конверте.
2. Мне не придется платить за Магический Талисман ни гривны – ни сейчас, ни в будущем.
3. Сила Талисмана улучшит мою жизнь.

На этих 3-х условиях прошу срочно прислать мне **Ваш Магический Талисман**, обладающий поразительной магнетической силой.

❑ Пришлите мне также мое личное Астрологическое Исследование, описывающее мое ближайшее будущее. Привожу свои данные:

Ф.И.О.: ....

Индекс .... Адрес: ....

....

Место рожд.: .... Дата рожд.: .... Час рожд. *(если известен)*: ....

Я даю согласие ООО «Д.М.С.» на обработку и использование моих персональных данных ....

ПОМНИТЕ: НЕ ПРИСЫЛАЙТЕ ДЕНЕГ – ЭТО 100% БЕСПЛАТНО

770 ЭЛ 09.11.17

Для всей компании

Когда ко мне в гости неожиданно приходят друзья, я готовлю лепешки по бабушкиному рецепту. Это не занимает много усилий и времени, да и продукты всегда есть в запасе.

Татьяна Велижанина, г. Ялта, АР Крым

Бабушкины лепешки

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 стак. теплой воды
- 1 стак. кефира
- 1,5 ч. л. соли
- 1 ч. л. соды, гашенной уксусом
- примерно 4 стак. муки (тесто должно быть мягким)
- растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В муку влить воду и кефир, добавить гашеную соду, посолить и замесить тесто.
2. Тесто скатать в жгут, нарезать на кусочки и раскатать каждый кусочек скалкой в лепешку толщиной в 5 мм.
3. Жарить лепешки на раскаленной сковороде, в небольшом количестве растительного масла.
4. Подавать на стол теплыми к чаю.

Татьяна советует
- **Тесто для таких лепешек можно готовить и на пиве вместо кефира.**
- **Эти лепешки лучше всего подавать на стол со сгущенным молоком, но можно с вареньем или повидлом.**
- **Их также можно перемазать сметанным кремом, сформовав торт.**
- **Также из них можно сделать и несладкий закусочный торт.**

КОНКУРС!

Ценишь время? Быстро готовишь? Пришли нам рецепты вместе с фото. Не забудь посмотреть и заполнить купон со с. 66. За опубликованный рецепт получишь 50 грн.

Наталия Костина, г. Новая Каховка, Херсонская обл. **Этот рецепт занимает минимум времени и продуктов.**

Рулет "Пятиминутка"

ПОНАДОБИТСЯ
- 3 яйца
- 4 ст. л. сахара
- 2 ст. л. меда
- 1/2 ч. л. соды, гашенной уксусом
- 2/3 стак. муки
- густое варенье
- сахарная пудра

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. **Приготовить тесто.** Соединить яйца, сахар, мед, соду, хорошо взбить, добавить муку. По консистенции тесто должно получитмся как на оладьи.
2. На разогретый и смазанный жиром противень вылить тесто.
3. Выпекать 5–7 мин при 200 °C. Вынуть, не снимая с противня, корж, намазать густым вареньем, свернуть в рулет, сверху посыпать сахарной пудрой.

Салат "Ситний"

Наталя Яцюра, м. Вінниця

ПОТРІБНО
- 1 банка консервованої кукурудзи; 0,5 банки квасолі; 200 г твердого сиру; 100 г сухариків; 250 г майонезу; 2 зубчики часнику; сіль

ПРИГОТУВАННЯ

1. Сир натерти на крупній терці. Часник почистити, пропустити через прес, з'єднати з майонезом.
2. З квасолі та кукурудзи злити рідину.
3. Всі інгредієнти з'єднати, посолити за смаком, заправити майонезом, ретельно перемішати.

Кальмары в яичнице

Татьяна Савченко, г. Донецк. **Приятного аппетита!**

ПОНАДОБИТСЯ
- 2 яйца
- 200 г кальмаров
- 50 г молока
- соль
- специи
- зелень
- растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кальмары отварить в подсоленной воде 3 мин. Остудить. Нарезать мелкими кусочками, обжарить в небольшом количестве растительного масла в течение 5 мин.
2. Яйца взбить с молоком, добавить соль и специи.
3. Залить кальмары полученной яичной смесью.
4. Жарить на небольшом огне в течение 5 мин под крышкой.
5. За 1 мин до окончания жарки блюдо посыпать измельченной зеленью.

Грибы с картошкой в СВЧ

Анна Михайленко, г. Мелитополь, Запорожская обл. **Хочу поделиться своим рецептом.**

ПОНАДОБИТСЯ

- 10 картофелин; 200 г вешенок или 300 г шампиньонов; 2 луковицы; растительное масло; перец, соль

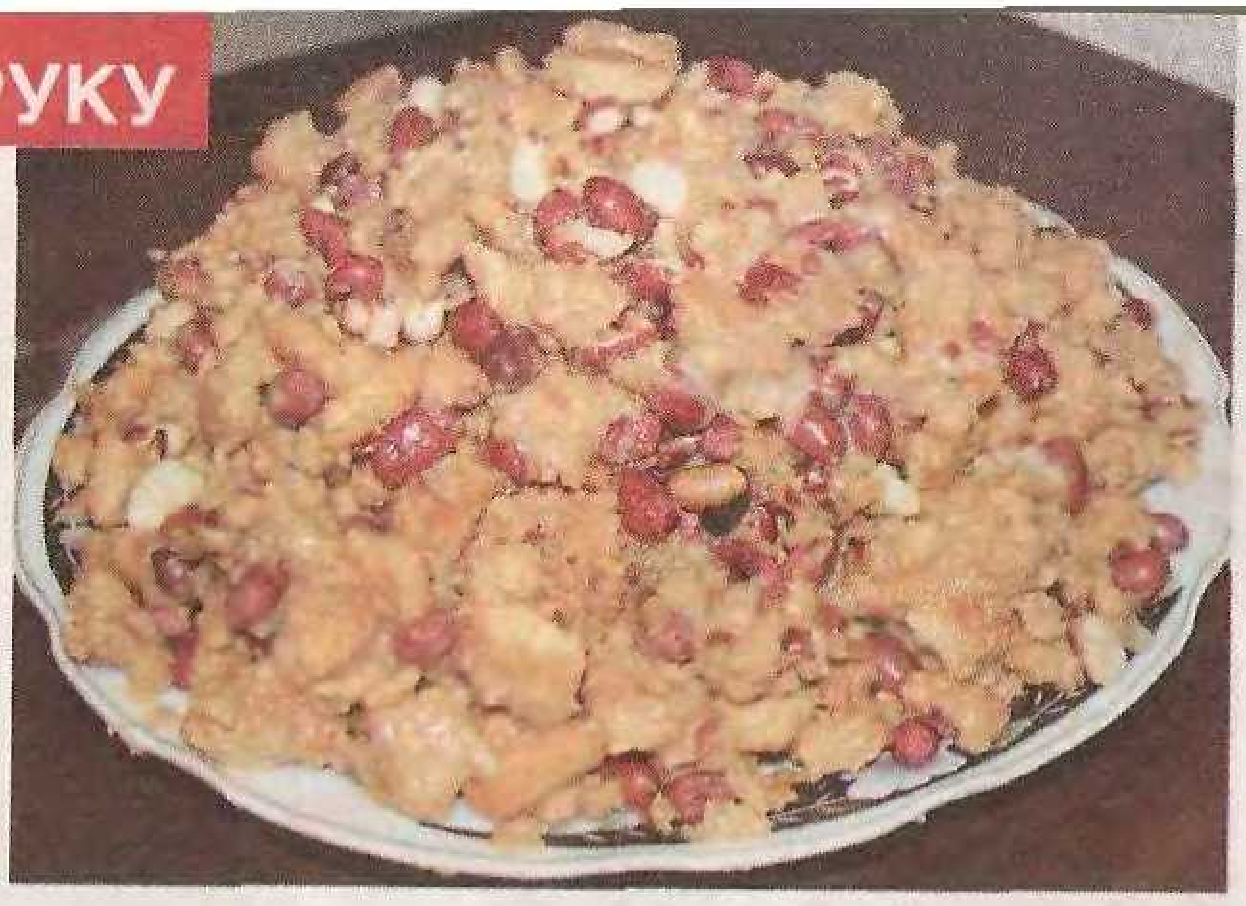
ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель очистить, вымыть, нарезать кубиками. Грибы вымыть, нарезать. Лук нарезать кубиками.

2. В огнеупорную посуду выложить грибы, посолить, поперчить, добавить немного масла, воды.

3. Готовить на полной мощности с закрытой крышкой 10 мин. Затем добавить картофель, немного воды, готовить еще в течение 10–15 мин. Добавить лук, готовить еще 10 мин.

4. Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью.



Мария Семененко, г. Запорожье. **Хочу предложить вам самый быстрый и вкусный торт.**

Торт "Муравейник"

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 банка сгущенного молока
- 300 г печенья
- 150 г сливочного масла
- 200 г арахиса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Печенье поломать на мелкие кусочки. Арахис обжарить на сухой сковороде. Масло растопить.

2. Соединить печенье с арахисом, сгущенным молоком и маслом, хорошо перемешать.

3. Полученную массу выложить на блюдо горкой.

4. Поставить торт в холодильник на 2 ч для застывания.

Салат "Флинт" с сухариками

Дарья Слободенюк, г. Новая Каховка, Херсонская обл. **Готовится быстро, а вкус – просто замечательный!**

ПОНАДОБИТСЯ

- 3 вареных яйца
- 2 пачки сухариков с беконом
- 2 плавленых сырка
- 2–3 свежих помидора
- 200 г майонеза

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца и сырки отдельно натереть на крупной терке. Помидоры мелко нарезать.

2. Выложить салат слоями, смазывая каждый майонезом: яйца – сухарики – сырки – помидоры.

3. Готовый салат поставить в холодильник на несколько часов.

Валентина Дмитренко, г. Киев. **Недавно я приобрела новую модель микроволновки Samsung и теперь готовлю только в ней, а не на плите. Эту пиццу я испекла в режиме конвекции. Быстро и вкусно.**

Грибная пицца из микроволновки

ПОНАДОБИТСЯ

- 300 г муки
- 0,5 ч. л. сухих дрожжей
- 1 ч. л. сахара
- 1 ч. л. соли
- 200 мл воды
- 15 г сливочного масла

для начинки:

- 3 ст. л. томата
- 100 г шампиньонов
- 1 помидор
- 1 сладкий перец
- 50 г твердого сыра

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

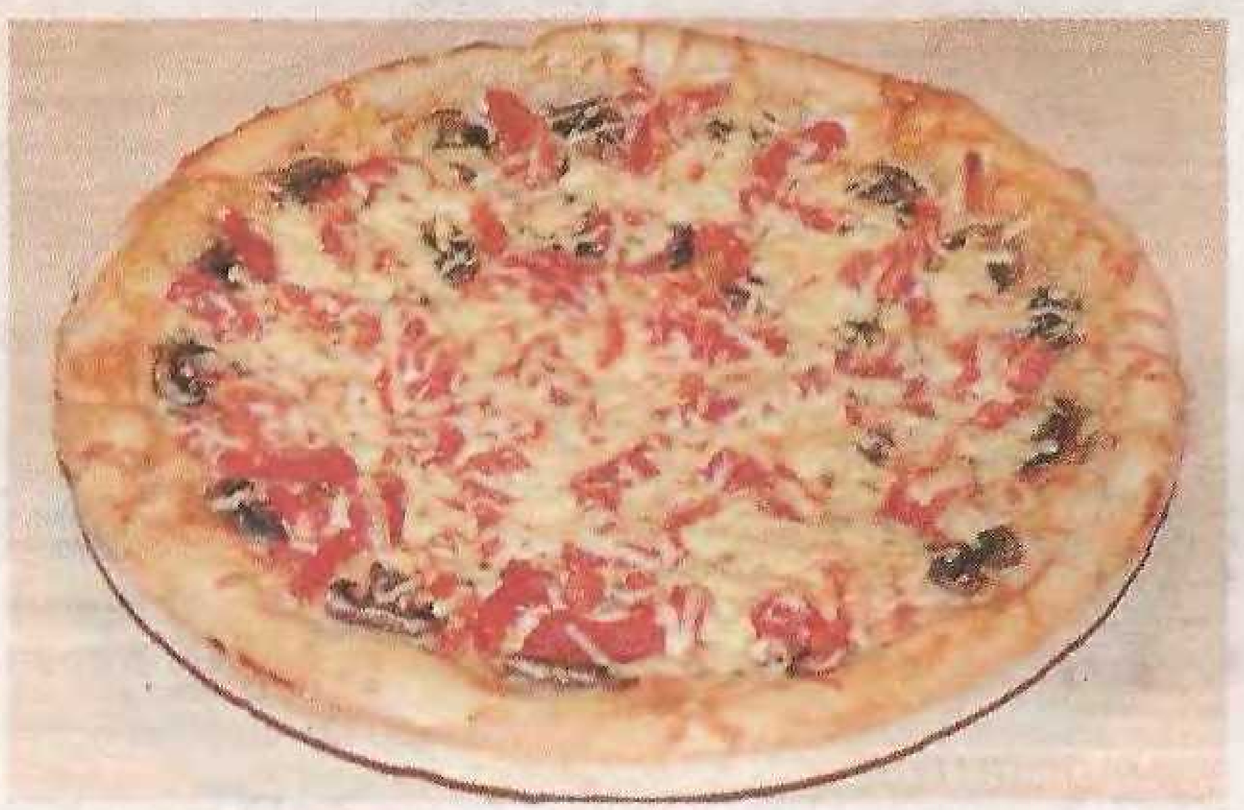
1. Сухие дрожжи смешать с мукой, добавить размягченное масло, соль, сахар, воду и хорошо вымесить тесто. Поставить в теплое место, накрыв полотенцем, на 20 мин.

2. Начинка. Шампиньоны нарезать пластинками, перец небольшими полосками, помидоры ломтиками. Сыр натереть на терке.

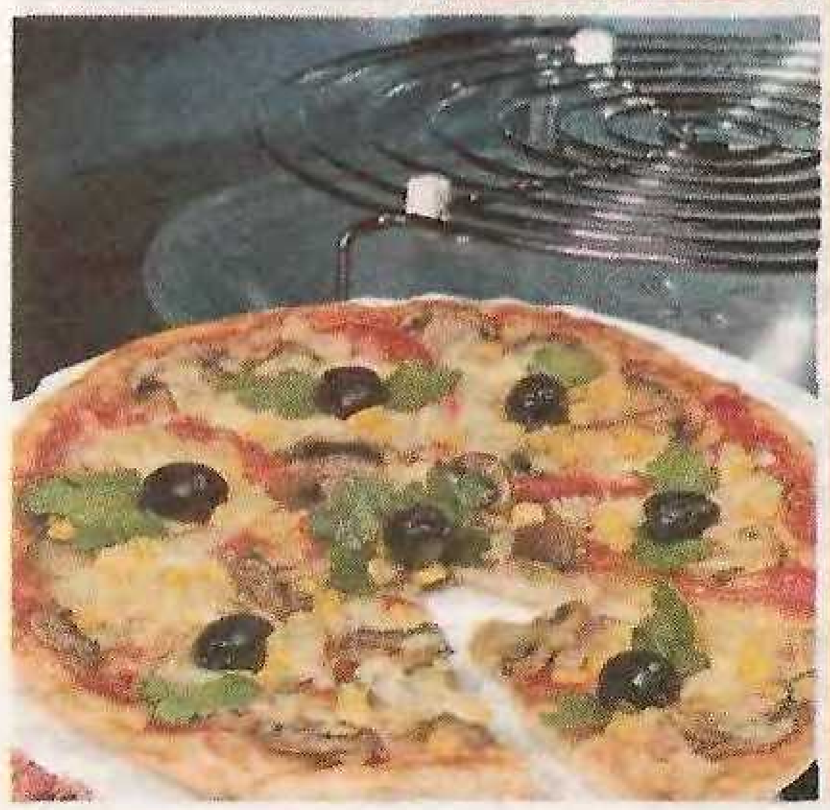
3. Тесто раскатать и выложить на смазанный маслом круглый противень из микроволновки.

4. Смазать томатом, разложить нарезанные грибы, затем перец и помидоры. Посыпать тертым сыром.

5. Выпекать в микроволновке в режиме "конвекция" при 200 °С 20 минут.



Система тройного нагрева в СВЧ Samsung



Валентина советует

- **Приготовление пиццы в новой микроволновке занимает гораздо меньше времени, чем в обычной духовке, и благодаря системе тройного нагрева, в режиме конвекции пицца выпекается равномерно и получается ровной, красивой и хорошо пропеченной.**
- **Если захотите, чтобы сыр на пицце подрумянился и взялся золотистой корочкой, можно на несколько минут включить режим Duo Grill. Но и это далеко не все, что может замечательная микроволновка. В ней можно приготовить все!**
- **В СВЧ Samsung я также готовлю блюда на пару при помощи пароварки Pro-streamer.**
- **А с помощью специального блюда Crusty Plate легко удается получить изумительную хрустящую корочку. На этом блюде идеально выпекать в СВЧ Samsung пироги, пиццу, готовить рыбу и мясо.**
- **Что еще очень важно, эту микроволновку очень легко содержать в чистоте, не используя никаких химических средств. Уникальная программа очистки паром Steam Clean поможет вам легко очистить внутреннюю поверхность от бактерий и остатков пищи.**

Людмила Новикова, п. Веселиново, Николаевская обл. **Предлагаю рецепт вкуснейшей рыбки.**

Рыбка–вкуснятина

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 кг рыбы (карп или толстолобик)
- 2 средние луковицы
- 2 помидора
- 2 сладких перца
- тархун (сухая зелень)
- 1 лавровый лист
- 30 г масла сливочного
- соль
- перец горошком
- кружочек лимона и зелень для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбу очистить от чешуи и внутренностей, тщательно промыть, протереть салфеткой внутри брюшка.

2. Подготовленную рыбу разрезать поперек на некрупные порционные куски, посолить.

3. В каждый кусок рыбы положить несколько листиков тархуна.

4. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Сладкий перец вымыть, очистить от плодоножки и семян, нарезать колечками. Помидоры вымыть, нарезать дольками.

5. В кастрюлю уложить слоями: куски рыбы, кольца лука, несколько долек помидора, колечки перца. Слои повторить.

6. Залить подготовленные продукты водой на 1,5 см ниже уровня продуктов. Положить лавровый лист, кусочек сливочного масла, перец горошком. Закрыть крышкой.

7. Тушить на маленьком огне 25–30 мин.

8. Подавать горячей или холодной, украсив зеленью и кружочками лимона.

Лариса Кавун советует
- **По этому рецепту получается сочной даже нежирная рыба (треска, щука, хек, минтай).**
- **По вкусу можно к овощам добавить свеклу.**
- **Вместо воды тушеную рыбу можно готовить на отваре из сушеных грибов, блюдо будет вкуснее.**

Фото: Л. Дышлюк

Наталья Орендович, с. Вербка, Хмельницкая обл. **Это блюдо я готовлю каждый раз, когда приходят гости.**

Сардельки в беконе

ПОНАДОБИТСЯ
- 15 сарделек
- 5 пластин плавленого сыра для тостов
- 200 г копченого сала или балыка
- 6–7 ч. л. горчицы
- зелень петрушки или листья салата для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Пластинки сыра разложить на дощечке, аккуратно нарезать полосками, поделив каждую пластинку на 5 полосок.

2. Сало или балык также нарезать полосками.

3. Сардельки вымыть и обсушить.

4. Каждую сардельку намазать горчицей, затем обернуть сначала в полоску сыра, а затем – в полоску сала. Закрепить зубочистками.

5. Выложить подготовленные сардельки на слегка смазанный растительным маслом противень или в любую форму. Запекать 10–15 мин в предварительно разогретой духовке (или микроволновой печи) при 220 °С до подрумянивания.

6. Вынуть готовые сардельки из духовки, выложить на блюдо, выстланное листьями салата, или просто украсить зеленью петрушки, укропа, базилика.

Лариса Кавун советует
- **Для этого блюда можно брать сардельки, сосиски, шпикачки – кому что нравится. Если у вас слишком толстые сардельки, разрежьте их на 2–4 части.**
- **Сардельки предварительно отварите, тогда блюдо приготовится быстрее.**
- **Вместо горчицы сардельки можно смазать кетчупом, аджикой, любым густым соусом.**
- **Бекон также нарезайте длинными полосками. Если полоски коротковаты, используйте их по 2 шт. на 1 сардельку.**

Фото: Л. Кавун

Повеселимся от всей души!

Приближается всеми любимый праздник – Новый год. Отметить его можно по-разному.

Ольга Александрова, г. Скадовск

Хочу рассказать читателям, как много значит в праздник не только сесть за красиво накрытый стол, съесть вкусное блюдо, но при этом повеселиться в костюмах каких-нибудь персонажей, поиграть в викторины, получить при этом призы. Мы от старой традиции не отошли. Каждый год на новогодние праздники стараемся придумывать новые костюмы, викторины для гостей и для себя. Естественно, к этим праздникам мы готовимся основательно. За 2–3 недели до торжества с мужем придумываем меню, тексты песен, костюмы, викторины и призы. Гости участвуют в домашних маленьких спектаклях.

Я надеваю костюм Деда Мороза, который сделала сама

Самый любимый в нашей семье праздник – Новый год. Первая часть праздника заключается в том, что гости вместе с хозяевами пробуют новые (придуманные мной и мужем) праздничные блюда. Звучат поздравления и тосты.

Затем я надеваю костюм Деда Мороза, который сделала сама. Достаю из большого мешка подарки и сувениры для всех гостей. Гости поют песни и читают стихи, после чего каждый получает свой подарок.

Праздник продолжается веселой викториной, в которой гости дают смешные ответы на вопросы, за что тоже получают маленькие сувенирчики. После этого все по жребию выбирают себе костюм для участия в маленьком представлении.

Гости, нарядившись в разные костюмы, участвуют в спектакле

Пират исполняет песню про "черную креолку цвета шоколада"

Вместе с костюмами каждому гостю достается своя роль, написанная на бумаге. После небольшой подготовки представление начинается. Весело проходит спектакль, сделанный сообща. Тут и индейцы, и ковбои, и пираты с песнями о черной креолке...

После спектакля всем нужно подкрепиться, а на столе уже стоят горячие блюда, которые так и хочется попробовать. Гости продолжают трапезу.

Новый год ассоциируется с ароматом мандаринов

Именно поэтому для новогоднего стола я приготовила карпа, запеченного с мандаринами. Карпа нужно вычистить, вымыть, отрезать голову и хвост, а тушку нарезать порционными кусками. Сбрызнуть соком лимона и слегка посолить и поперчить. Противень смазать растительным маслом и выложить на него рыбу. Сверху на рыбу положите очищенные дольки мандаринов. Твердый сыр натрите на крупной терке и посыпьте им рыбу. Затем рыбу нужно залить майонезом, взбитым с кунжутными семечками. Поставить в горячую духовку и запекать 25–30 минут при 200 °С до образования румяной корочки.

Поле чудес

После горячих блюд конкурсы продолжаются. Муж сделал барабан, который мы поставили посередине комнаты. Все гости участвуют в игре, с удовольствием отгадывая слова. Призы шуточные, но всем очень нравятся: автомобиль – игрушка, стиральная машина – мягкая губка и т.д.

Я переодеваюсь в сказочника и предлагаю гостям придумать продолжение некоторых известных всем сказок в детективном жанре, жанре любовного романа, трагедии. Победителя для вручения приза определяем по количеству аплодисментов в его адрес.

И снова – к столу!

А праздничный стол уже манит сладостями. Для "Мандариновой шарлотки" нужно 200 г сливочного масла растопить на водяной бане, добавить 1 стак. сахара, затем взбить миксером и постепенно добавить 2 яйца и пакетик ванильного сахара. Соединить с 1 стак. нежирной сметаны. Постепенно всыпать 1 стак. просеянной муки с пакетиком разрыхлителя. Массу хорошо взбить, добавить 3–5 очищенных и разобранных на дольки мандаринов, 0,5 плитки измельченного шоколада, 2 ст. л. орехов. Все хорошо перемешать.

Дно формы застелить бумагой для выпечки, выложить массу и поставить в разогретую духовку, выпекать 35–45 мин при 180 °С.

Пишите нам!

Расскажи о кулинарных традициях своего края и своей семьи. Не забудь прислать фото и заполненный купон со с. 66. За публикацию рассказа получишь приз — 100 грн.

Яства Востока

Наша семья обожает готовить, и особо близка нам арабская кухня. Мы с мамой некоторое время работали в столовой Исламского Университета, где и научились премудростям мусульманской кухни.

Елена Аль Масайед, г. Макеевка, Донецкая обл.

Бабагануш

ПОНАДОБИТСЯ

- 2 баклажана
- 2 помидора
- 2–4 зубчика чеснока
- 100 г майонеза
- соль по вкусу
- оливковое масло
- петрушка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Чеснок очистить. Помидоры нарезать мелкими кубиками.

2. Целые баклажаны вымыть, вытереть насухо, хвостик не обрезать.

3. Обжарить каждый баклажан, держа за хвостик, в течение 10–15 мин над открытым конфорочным огнем до образования черной корки. Очистить от кожицы.

4. В блендере измельчить подготовленные баклажаны, чеснок, оливковое масло, майонез, соль.

5. Полученную смесь выложить в вазочку, посыпать измельченной петрушкой. Украсить помидорами.

Лариса Кавун советует

- Баклажаны можно испечь в духовке или микроволновой печи, но при этом готовое блюдо не будет иметь копченого аромата.

КОНКУРС!

Кухня какого народа тебе нравится? Пришли нам свой любимый рецепт и фото. Заполни купон, который ты найдешь на с. 66. За публикацию ты получишь от нас приз — 50 грн.

Ольга Пятакова, г. Николаев. **Это болгарское блюдо готовится очень быстро.**

Милина

ПОНАДОБИТСЯ

- Лаваш; 50 г маргарина
- **Для начинки:** 3 отварные картофелины; 200 г отварного мяса; 100 г жареных грибов; соль
- **Для соуса:** 2 яйца; 100 г майонеза;

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель, мясо и грибы нарезать кубиками, посолить. Перемешать.

2. Намазать лаваш тонким слоем маргарина, выложить начинку, каждый край загнуть на 5 см, затем лаваш сложить пополам.

3. Выложить на смазанный жиром противень.

4. Запекать в духовке при 200–250 °С 20 мин.

5. Достать из духовки, залить подготовленным соусом, поставить обратно в духовку на 5–10 мин.

Халва по-арабски

Анастасия Бука, г. Днепропетровск. **Попробуйте сладенькое!**

ПОНАДОБИТСЯ

- 150 г грецких орехов; 100 г сливочного масла; 200 г сахара; 400 г молока; 15 г кукурузного крахмала

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В горячее молоко добавить разведенный в небольшом количестве холодного молока крахмал. Помешивая, довести до кипения.

2. Орехи обжарить на масле до появления темно-коричневой окраски. Выложить в кастрюлю.

3. Залить орехи молочной смесью, плотно закрыть крышкой. Края обернуть полотенцем, греть на слабом огне 25–30 мин.

4. Снять крышку, перемешать, вылить на блюдо.

Піца "Неаполітана"

Наталя Рак, м. Борислав, Львівська обл. **Я часто готую страви за рецептами ваших читачів.**

ПОТРІБНО

- **Для тіста:** 50 г дріжджів; 2–3 ст. л. олії; 0,5 л води; 2 ч. л. солі; 200 г борошна
- **Для начинки:** 7 помідорів; 300 г сиру моцарела; 10 шматочків ковбаси салямі; 6 шматочків шинки; 100 г голландського сиру; зелень для прикрашання

ПРИГОТУВАННЯ

1. Дріжджі розвести у воді, додати олію, сіль, всипати борошно, замісити тісто. Залишити на 30 хв у теплому місці.

2. Розкатати тісто товщиною 0,5 см, викласти на лист, змащений олією.

3. Помідори збити блендером, змастити поверхню тіста. Зверху викласти нарізані кубиками моцареллу, шинку та ковбасу. Посипати тертим сиром.

4. Запікати в духовці при 200 °С 30–40 хв.

5. Готову піцу прикрасити зеленню.

Какао

Культура возделывания какао берет свое начало в Мексике. Прежние ее жители – ацтеки – использовали какао так: растирали плоды, добавляли острые специи, иногда – мед, делали ароматный напиток "чоколатль".

Олеся Радченко, г. Львов

По некоторым данным, знаменитый император ацтеков Монтесума выпивал до 50 мисочек чоколатля в день, что придавало ему необыкновенную бодрость.

Содержащийся в какао теобромин действует бодряще, но мягче, чем кофеин, поэтому какао можно употреблять тем, кому противопоказан кофе. Какао весьма полезно при бронхиальной астме. Считается также, что все продукты какао защищают зубы от вредного воздействия сахара. Какао – отличный антидепрессант!

Горячий шоколад

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 л молока
- 4 ст. л. сахара
- 4 ст. л. какао-порошка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Молоко довести до кипения. Сахар перемешать с какао, влить немного молока, тщательно перемешать, чтобы не было комочков. Полученную смесь ввести в кипящее молоко.

2. Варить напиток на медленном огне в течение 15 мин.

Торт с какао "Негр в пене"

Галина Засланова, с. Саловка, Полтавская обл. **Мои дети любят только этот торт.**

ПОНАДОБИТСЯ

Для теста:

- 1 л сметаны
- 3 яйца
- 2,5 стак. сахара
- 1 ч. л. соды
- 1,5 стак. муки
- 3 ст. л. какао
- 1 пакетик ванильного сахара
- 3 ст. л. молока
- 10 г сливочн. масла

Для помадки:

- 1 ст. л. какао
- 2 ст. л. сахара
- 3 ст. л. молока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Муку соединить с какао и содой. Яйца взбить с 1 стак. сахара, влить 1 стак. сметаны.

2. Все соединить, размешать.

3. Выпекать 2 коржа в течение 20 мин 200 °С.

4. Сметану взбить с сахаром. 1 корж разрезать ромбиками, обмокнуть в сметану, выложить на другой корж.

5. Соединить какао, сахар, молоко, растопить. Полить торт.

Пишите нам!

Любимый продукт февральского номера — горох. Пришли в редакцию свой рассказ с рецептом и фотографиями. За публикацию рассказа на наших страницах получишь приз — 50 грн.Не забудь заполнить купон на с. 66.

Вкусно, как у мамы!

Пельмени, вареники, блинчики – как это вкусно и сытно! Но часто на эти угощения у нас не хватает ни времени, ни сил. Не беда — с ТМ «Геркулес» вы накормите семью любимой едой, проведя у плиты всего считанные минуты.

Не секрет, что здоровой пищей может считаться еда, приготовленная в домашних условиях. Причем предпочтительнее, если она будет приготовлена из отечественных продуктов. Ведь наша пищеварительная система лучше перерабатывает продукты, выращенные в том климатическом поясе, где мы проживаем. Климат диктует нам еще одно правило: для мягкого перехода организма от теплого времени года в холодную зиму ему необходимо запастись достаточным количеством жиров, белков и углеводов. В этот период именно традиционные мясные и мучные блюда являются для нас здоровой пищей. Однако каждый день тратить львиную долю свободного времени на любимые блюда нет возможности. К примеру, чтобы приготовить вареники, блины или пельмени, придется провозиться на кухне как минимум часа полтора. А ведь хочется успеть пообщаться с родными, книгу почитать или телевизор посмотреть. Что же тогда, стать завсегдатаем фаст-фуда и утолять голод гамбургерами? Конечно нет, ведь подобное пристрастие к нездоровой пище приводит к нарушению обмена веществ, отчего очень быстро накапливается лишний веса и возникает риск тяжелых заболеваний. К счастью, у нас есть отличный выход — питаться здоровой качественной пищей и не тратить у плиты массу времени.

В качестве разумного компромисса — высококачественные замороженные полуфабрикаты, в которых отсутствуют какие-либо вредные пищевые добавки, искусственные усилители вкуса или генетически модифицированные продукты. К примеру, пельмени, вареники с разнообразной начинкой, блинчики, хинкали и готовое тесто ТМ «Геркулес». При производстве полуфабрикатов ТМ «Геркулес» используются только самые свежие продукты, а рецепты и технологии максимально приближают вкус вареников, пельменей и блинчиков к домашним. И все это с самым строгим соблюдением всех необходимых нормативов. Например, мясо для пельменей используется только натуральное охлажденное, что позволяет сохранить все его полезные свойства. В варениках с картофелем и картофелем и грибами — обязательно только свежий картофель и свежие куриные яйца. А грибы для этого вида угощений специально поставляют для «Геркулеса» из Закарпатья. Для обжарки лука используется только растительное масло высшего качества. А для блинчиков и вареников свежайший творог поставляет молокозавод, который входит в состав «Геркулес».

Немаловажно, что ТМ «Геркулес» заботится и об удобстве приготовления полуфабрикатов. На упаковке всегда указан способ приготовления блюд, иногда их даже несколько. Поэтому родители могут быть уверены, что ребенок самостоятельно сможет сварить или поджарить себе любой продукт «Геркулеса», следуя инструкции на упаковке. Одним словом, минимум времени — максимум вкуса.

Рецепты опытных хозяек

Впереди – праздники. Хочу поделиться со всеми читателями любимого журнала рецептом бутербродов, которые подойдут к новогоднему столу.

Валерия Билевич, г. Севастополь, АР Крым

Праздничные бутерброды "Розы на снегу"

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 батон
- 200 г твердого сыра
- 250–300 г соленой семги
- зелень петрушки, зеленый лук для украшения
- 100 г сливочного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Батон нарезать кусочками толщиной 1 см. Намазать маслом.

2. Семгу нарезать длинными узкими полосками.

3. Сыр натереть на мелкой терке.

4. Петрушку вымыть, обсушить, отделить маленькие веточки.

5. Лук вымыть, обсушить, отрезать длинные перья.

6. Смазанный маслом батон посыпать сыром, сверху выложить "розочки" из семги, слегка вдавив их в сыр, чтобы они держали форму.

7. Готовые бутерброды выложить на блюдо, украсить петрушкой и зеленым луком.

КОНКУРС!

Ты опытный кулинар? Передай опыт! Присылай нам свои рецепты вместе с фото. Посмотри и обязательно заполни купон на с. 66. Приз за публикацию — 50 грн.

Лариса Николаевна Войцеховская, г. Гнивань, Винницкая обл. **Хочу поделиться рецептом торта, который у нас в семье все очень любят. Приготовление торта дело хлопотное, но вы будете довольны результатом. Торт вкусный и сытный – ваши гости оценят его по достоинству. Тортик так и тает во рту.**

Торт "Маковый"

ПОНАДОБИТСЯ

- **Для макового коржа:** 1 стак. мака; 1 стак. молотых орехов; 5 желтков; 3 ст. л. сахара; 3 белка; 3 ст. л. манки
- **Для второго коржа (безе):** 3 белка; 5 ст. л. сахара
- **Для крема:** 4 ст. л. молока; 5 ст. л. сахара; 250 г сливочного масла; 1 стак. молотых орехов; 1 желток; сок половины лимона
- **Для глазури:** 3 ст. л. какао; 3 ст. л. сахара; 30 г сливочного масла; 3 ст. л. сметаны
- **Для украшения:** песочное печенье; безе (покупное); дольки апельсина

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Маковый корж: мак запарить и варить 10 минут, затем соединить с орехами и дважды пропустить через мясорубку. Желтки растереть с сахаром. Белки охладить и взбить в пену (без сахара). В массу из мака и орехов добавить желтки, манку, белки и перемешать. Массу выложить в смазанную маргарином и посыпанную мукой форму. Печь корж на медленном огне 50 минут.

2. Второй корж: белки с сахаром взбить в пену. Печь в такой же форме, как маковый корж.

3. Крем: молоко закипятить с сахаром и охладить. Сливочное масло тщательно размешать с орехами и желтком. Все смешать, добавить сок лимона и взбить.

4. Глазурь: все компоненты перемешать, довести до кипения и немного охладить.

5. Остывший маковый корж разрезать на 2 части. Кремом смазать нижний маковый корж и уложить его (посыпав тертым печеньем) на поднос, застеленный листом бумаги. Этот же корж снова смазать кремом, выложить второй корж (безе), затем крем и накрыть маковым коржом.

6. Сверху торт смазать кремом и украсить по вкусу: тертым печеньем и дольками апельсина, шоколадной глазурью. Из крема сделать розочки, сеточку, края торта украсить безе.

Коржики "Слойники"

Мария Николенко, пгт Семеновка, Полтавская обл.

ПОНАДОБИТСЯ

- 3 стак. муки
- 300 г маргарина
- 3 яйца
- 1 стак. кефира
- 50 г дрожжей
- 1 ст. л. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Растопить маргарин, всыпать муку, вбить яйца, влить кефир.

2. Дрожжи растереть с сахаром.

3. Все соединить, замесить, поставить в холодильник на 2 ч.

4. Раскатать тесто толщиной 0,5 см, вырезать кружочки стаканом.

5. Одну сторону обмакнуть в сахар, сложить пополам сахаром внутрь, защепить. Одну сторону снова обмакнуть в сахар, сложить пополам, защепить.

6. Оставить на 30 мин, чтобы тесто подошло.

7. Выпекать в разогретой духовке при 180 °С в течение 30 мин.

Чудо-салаты

Этот салат я готовлю на праздники.

Виктория Баева, Донецкая обл.

Морская звезда

ПОНАДОБИТСЯ

● 300 г вареных креветок; 150 г твердого сыра; 0,5 стак. вареного риса; 0,5 б. маслин без косточек; 200 г соленой красной рыбы; 150 г майонеза; зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Выложить слоями в форме звезды, смазывая майонезом: креветки – рис – нарезанные кусочками маслины – кусочки рыбы – тертый сыр. Украсить зеленью.

Котя-Мотя

Елена Широкоград, г. Мелитополь

ПОНАДОБИТСЯ

● 0,5 стак. вареного риса; 1 вареное яйцо; 2 кусочка колбасы; 5 маслин, куриное мясо; специи; зелень для украшения; 1 морковь; 100 г брокколи

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо запечь в духовке, нарезать ломтиками. Овощи отварить в подсоленной воде.

2. Из риса сформировать круг и овал (голова и туловище). Выложить их на блюдо с овощами. Из яйца вырезать лапки, ушки и хвостик. Из маслин сделать полосочки и усики у кота. Носик и лапки вырезать из колбасы.

Смачний їжачок

Аліна Сенькова, м. Глухів. **Спробуйте порадувати своїх близьких смачним і цікавим салатиком.**

ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г домашнього сиру; 1 пачка горішків зі смаком балика; 3 зубчика часнику; 1 свіжий огірочок; 1 помідор; оливки для прикрашання; майонез; сіль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сир добре розтерти із подрібненими горішками, видавити часник, додати майонез і трохи солі. Ретельно перемішати.

2. Сформувати їжачка. Огірок нарізати кружечками, прикрасити ними страву. Оливки розрізати на половинки та зробити очі та носик. Прикріпити їжачкові половинку помідора. Прикрасити маслинами, що залишилися.

Пишите нам!

Умеешь украшать блюда? Тогда присылай письмо с фото и купон со с. 66. За публикацию приз от редакции — 50 грн.

відгадайте закодоване на малюнку слово і...

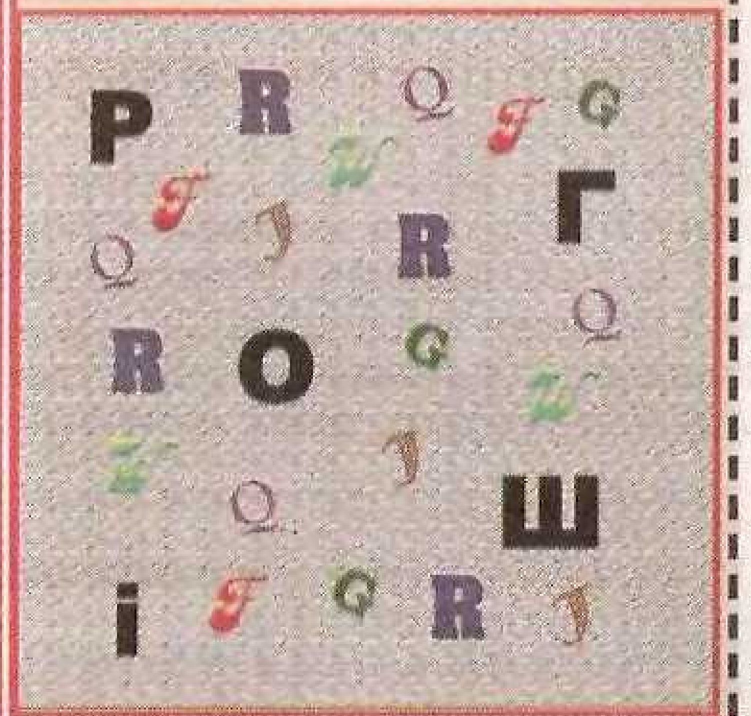
ВИГРАЙТЕ 250 000 ГРН

1. Подивіться уважно на малюнок, знайдіть українські літери та зберіть з них слово.

2. Впишіть слово у зазначеному місці на безкоштовному купоні.

3. Відправте вирізаний купон за адресою:

ТОВ "Поштовий клуб плюс", а/с "Домашня бібліотека", Київ, 01025



Купони на участь приймаються лише до 17 грудня 2009 року

Розгадаєте Ви закодоване слово чи ні,

В БУДЬ-ЯКОМУ РАЗІ ВИ ОТРИМАЄТЕ

новий випуск каталогу «Поштовий клуб плюс»

У ПОДАРУНОК!

ГАРАНТІЯ ВРУЧЕННЯ 250 000 грн.

Компанія «Поштовий клуб плюс» пропонує Вам взяти участь у розіграші 2009 року та виграти цінні призи на суму 250 000 грн., зокрема, головний приз – сучасний японський автомобіль вартістю 127 000 грн. Розіграш цього призу буде проведено під контролем спеціальної комісії, згідно з умовами рекламної акції.

Уповноважений комітету з нагород

* акція проводиться з 1 листопада 2008 р. по 23 грудня 2009 р.
Розіграш буде проведено 23грудня 2009 р. у м. Києві.
Результати розіграшу будуть опубліковані згідно з правилами розіграшу у ЗМІ.
Відповідаючи на цю акцію, клієнт погоджується на подальше використання компанією його персональної інформації. Телефон для довідок: 0 800 3077780. Адреса сайту: www.postclub-plus.com.ua.

Безкоштовний купон участі в акції

Я негайно відправляю цей Купон до компанії «Поштовий клуб плюс» та отримую безкоштовно новий каталог «Поштовий клуб плюс» **у подарунок**

☐ √ТАК, я розгадав слово та вписую його у вказаних клітинках.

☐ Я беру до уваги, що правильна відповідь може принести мені сучасний японський автомобіль вартістю **127 000 грн**

Прізвище ______
Ім'я ______
По батькові ______
Вулиця ______
№ буд. ______ Кв-ра ______
Поштовий індекс ______
Місто ______
Населений пункт ______
Р-н ______
Обл. ______
Тел. ______
Дата народження ______ число ______ місяць ______ рік
Рід занять ______

LUBGOT_17112009

Відповідальність за зміст рекламного блоку несе рекламодавець.
Тільки для повнолітніх! Детально про умови акції Ви дізнаєтесь окремим листом.

Юные повара готовят на ура!

Мені 15 років. Я люблю вигадувати всілякі страви, сам їх готую, а потім сімейне журі оцінює. Пропоную всім читачам свій рецепт.

Ігор Сидор,
с. Рихтичі, Львівська обл.

Піца "Сніданок школяра"

ПОТРІБНО

● 2 скибки білого хліба завтовшки 1 см; 2 яйця; 1 зубчик часнику; 6 шматочків ковбаси; 1 помідор; 1 маринований огірок; 2 шампіньйони; 1 ст. л. майонезу; 50 г твердого сиру; сіль, перець; олія; зелень

ПРИГОТУВАННЯ

1. З хліба зняти скоринку, нарізати хліб шматочками приблизно 4х6 см.
2. Підсмажити хліб на олії з обох сторін. Викласти на сковорідку щільно один біля одного.
3. Подрібнений часник з'єднати з майонезом. Гриби нарізати тонкими пластинками. Помідори й огірки нарізати кружечками. Сир натерти на крупній терці.
4. Зверху викласти ковбасу, огірки, гриби, залити яйцями, збитими з майонезом. Посолити та поперчити за смаком. Зверху викласти помідори і посипати сиром.
5. Накрити сковорідку кришкою, смажити на маленькому вогні, поки сир не розплавиться.
6. Готову піцу посипати подрібненою зеленню.

КОНКУРС!

Успеваешь не только хорошо учиться в школе, но и хорошо готовить? Пришли нам рецепты вместе с фото. Заполни купон на с. 66. За публикацию получишь от нас приз 50 грн.

Діма Котик, м. Монастирище, Черкаська обл. **Смачний салат до святкового столу.**

"Грибочки на галявині"

ПОТРІБНО

● 300 г маринованих шампіньйонів; 200 г твердого сиру; 3 картоплини; 300 г копченого м'яса; 100 г майонезу; сіль за смаком; петрушка

ПРИГОТУВАННЯ

1. Картоплю відварити, почистити, натерти на крупній терці.
2. Сир натерти на крупній терці.
3. М'ясо нарізати кубиками.
4. Петрушку подрібнити, віджати сік. Додати сік до натертого сиру, ретельно перемішати.
5. Викласти салат шарами: цілі гриби шапочками донизу – сир з соком петрушки – майонез – картопля (посолити за смаком) – м'ясо.
6. Поставити в прохолодне місце на 1 год.
7. Обережно перевернути салат на іншу тарілку, щоб шапочки грибів були зверху.

Отбивнушки "Вкусненькие"

Елена Сливчук, г. Здолбунов, Ровенская обл.

ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г свинины; соль, перец; 1 стак. муки; 2 яйца; раст. масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо нарезать тонкими стейками, отбить. Посолить, поперчить. Яйца взбить.
2. Мясо обмакнуть в муке, затем – в яйцах.
3. Жарить на раст. масле с двух сторон. Сложить готовые отбивные в сковороду с тем маслом, на котором они жарились, добавить 1/4 стак. воды, тушить 10–15 мин.

Найсмачніша в світі піца

Оксана Цикаленко, с. Петрівка, Полтавська обл. **Я, моя сестричка і мама завжди готуємо для тата смачні кулінарні шедеври.**

ПОТРІБНО

● **Для тіста:** 0,5 л теплої води; 20 г дріжджів; 1 ст. л. солі; 700 г борошна; 1 ст. л. олії
● **Для начинки:** 200 г ковбаси; 150 г твердого сиру; 4 помідори; 1 цибулина; 100 г майонезу; 100 г кетчупу; сіль

ПРИГОТУВАННЯ

1. **Приготувати тісто.** У теплій воді розвести дріжджі. Додати сіль, цукор, олію. Всипати борошно, замісити тісто. Поставити тісто в тепле місце на 45 хв.
2. Ковбасу і помідори нарізати кружальцями. Сир натерти на крупній терці. Цибулю нарізати тоненьким напівкільцями.
3. Тісто розкатати, змазати майонезом. Викласти ковбасу, цибулю, помідори, сир, посолити. Полити кетчупом.
4. Запікати в духовці при 200 °С 25–30 хв.

К чаю

В нашей семье все мужчины любят сладкое, поэтому я часто пеку.

Анна Козлова, г. Кировоград

Торт "Шарм"

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для бисквитного теста:** 4 яйца; 1 стак. сахара; 1 стак. муки; 1 п. ванильного сахара

● **Для творожного слоя:** 150 г творога; 400 г сливок; 2 п. ванильного сахара;

● 1 стак. сахара; 15 г желатина; 1 п. кокосовой стружки; 100 г вишен без косточек

● **Для 3-го слоя:** 1 п. вишневого желе

● **Для крема:** 0,5 стак. сахара; 1 стак. сливок

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить бисквитное тесто. Отделить белки, взбить с 0,5 стак. сахара. Отдельно взбить желтки с 0,5 стак. сахара. Взбитые белки соединить с желтками, постепенно всыпать муку. Хорошо перемешать.

2. Тесто выложить в смазанную жиром разъемную форму. Выпекать в разогретой духовке при 160 °С 30 мин.

3. Приготовить творожную массу. Творог растереть с сахаром и ванильным сахаром, добавить кокосовую стружку. Сливки взбить с сахаром, соединить с творожной массой. Желатин залить 1 стак. горячей воды, растворить, остудить, добавить в творожную массу.

4. На остывший бисквитный корж (не вынимая его из формы) выложить половину творожной массы, сверху – слой вишен, затем – вторую половину творожной массы. Поставить в холодильник на 1 ч.

5. Вишневое желе приготовить согласно инструкции на пачке. Залить им торт. Поставить в холодильник на 1 ч.

6. Приготовить крем. Взбить сливки с сахаром.

7. Готовый торт украсить кремом.

КОНКУРС!

Знаешь рецепты красивых и вкусных пирожных? Тогда присылай их нам в редакцию вместе с фото и заполненным купоном со с. 66. За публикацию получишь приз — 50 грн.

Елена Резакова, г. Харцызск, Донецкая обл.

Свадебный торт

ПОНАДОБИТСЯ

● 300 мл полусладкого вина; пищевые красители двух цветов

● **Для теста:** 2 яйца; 1 стак. сахара; 2 ст. л. меда; 100 г маргарина; 1 ч. л. соды; 2,5 стак. муки

● **Для крема:** 1 баночка сгущенного молока; 200 г сливочного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Тесто готовится на водяной бане. Яйца взбить с сахаром, добавить маргарин. Когда маргарин начнет плавиться, добавить соду, хорошо размешать до образования пенки, постепенно ввести муку. Готовое тесто поставить в теплое место на 1 ч. С одной порции получается 6 коржей. Выпечь коржи разного диаметра.

2. Приготовить крем. Сгущенное молоко взбить с маслом.

3. Коржи пропитать вином, сложить друг на друга, смазывая кремом.

4. Готовый торт украсить кремом, добавив в него пищевые красители.

Мини-тортик "Тигрик"

Ирина Шлюева, Донецкая обл.

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 200 г сметаны; 3 яйца; щепотка соли; 0,5 ч. л. гашеной соды; 1 пак. ванильного сахара; 1 стак. сахара; 200 г муки

● **Для глазури:** 3 ст. л. сметаны; 3 ч. л. какао; 3 ст. л. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца растереть с сахаром, добавить сметану, соль, сахар, ванильный сахар, соду, взбить. Всыпать муку.

2. Выпекать в духовке на смазанном жиром противне при 200 °С 30 мин.

3. Соединить сметану, какао, сахар, кипятить 2 мин. Полить глазурью готовый корж.

Пирог "Корзинка"

Роксана Осьмеркина, г. Днепропетровск

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 1 яйцо; 3 ст. л. воды; 3 ст. л. раст. масла; щепотка сахара; щепотка соли; 1 стак. муки

● **Для начинки:** 3 груши; 3 яблока; 3 ст. л. сахара

● **Для украшения:** 250 г кураги; 50 г смородины

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Соединить яйцо, воду и раст. масло, добавить соль и сахар. Добавляя муку, замесить тесто.

2. Раскатать тесто тонким слоем, выложить в форму, смазанную маслом. Оставшееся по краям тесто раскатать в 2 колбаски и свернуть из них жгут (ручка корзинки).

3. Выпекать корзинку и ручку отдельно в духовке 30 мин при 200–220 °С.

4. Груши и яблоки нарезать кубиками, положить на разогретую сковороду, посыпать сахаром и обжарить, пока не станут мягкими.

5. Выложить начинку в корзинку. Прикрепить ручку. Украсить курагой и смородиной.

Торт для онука-іменинника

Валентина Пономарчук, с. Новополтавка

ПОТРІБНО

- **Для тіста:** 2 скл. борошна; 3 яйця; 1 скл. цукру; 1 скл. варення; дрібка солі; 1 ч. л. соди; 1 ст. л. олії
- маргарин для змащування форми
- **Для крему:** 1 банка згущеного молока; 0,5 л сметани
- **Для прикрашання:** 1 пакетик кокосової стружки

ПРИГОТУВАННЯ

1. Яйця збити з цукром, додати варення, соду, сіль, олію. Потім потрошку всипати борошно, збиваючи. Тісто повинно бути таке, як густа сметана.

2. Форму для випікання змастити маргарином, зверху трошки присипати борошном.

3. Вилити тісто в форму, випікати 30–40 хв при 170 °С. Остудити. Розрізати по горизонталі на кілька частин.

4. Збити сметану із згущеним молоком. Змастити коржі кремом, скласти. Посипати стружкою.

Наталия Борткова, г. Каменец-Подольский, Хмельницкая обл.

Плетенки

ПОНАДОБИТСЯ

- 3 стак. муки; 0,5 стак. топленого масла; 0,5 стак. сливок; 0,5 стак. сахара; 4 яйца; 1/4 ч. л. соды, гашеной уксусом; 1/4 ч. л. соли; 0,5 стак. сахарной пудры

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Муку выложить горкой, сделать лунку, влить растопленное масло, взбитые с сахаром яйца, сливки, соль, соду, замесить. Раскатать тонкими полосками, каждые 3 полоски сплести в виде косички.

2. Выложить их на расстоянии 4 см друг от друга на смазанный жиром противень. Выпекать при 200 °С 25–30 мин.

Торт "Рушта"

Марія Зарічанська, смт Тростянець, Вінницька обл.

ПОТРІБНО

- **Для тіста:** 4 скл. борошна; 3 яйця; 1 скл. цукру; 3 ст. л. сметани; 100 г маргарину; 1 ч. л. амонію; 1 ч. л. соди; 2 ст. л. какао
- **Для крему:** 1 скл. молока; 4 ст. л. цукру; 2 ст. л. крохмалю; 1 яйце; 200 г масла
- консервовані вишні без кісточок

ПРИГОТУВАННЯ

1. Збити яйця з цукром. Маргарин перетерти з борошном. Додати сметану, амоній і соду. Замісити тісто. Тісто розділити на 5 частин. До двох частин додати какао. Розкатати коржі.

2. У коржах із какао зробити дірочки пробкою від шампанського.

3. Випікати коржі 15–20 хв при 180 °С.

4. У кожну дірочку в коржах покласти по одній вишеньці.

5. Приготувати крем. Молоко довести до кипіння, додати цукор, крохмаль і яйце. Помішуючи, кип'ятити до загустіння. Остудити. Додати масло. Добре збити.

6. Скласти коржі, чергуючи білий з темним, перемащуючи кремом. Прикрасити за смаком.

Валентина Дубовик, г. Киев. **Вкусный пирог!**

Пирог "Изумительный"

ПОНАДОБИТСЯ

- 25 г дрожжей; 2 стак. молока; 5 ст. л. сахара; 100 г маргарина; 100 мл раст. масла; 1 ч. л. соли; 2 яйца; 1 пак. ванильного сахара; 5 стак. муки
- **Для начинки:** 3 яблока; 0,5 стак. сахара; 2–3 капли ромовой эссенции; 100 г изюма

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В теплое молоко добавить немного сахара и дрожжи. Оставить в теплом месте на 30 мин. Отдельно взбить яйца с остальным сахаром, солью, ванильным сахаром. Добавить растопленный маргарин и раст. масло. Две смеси смешать, добавить муку. Поставить в теплое место, дать подойти, обмять и еще раз дать подойти. 1/4 часть теста оставить для украшений, а остальной выстелить форму, сделав бортики.

2. Яблоки нарезать дольками, посыпать сахаром, добавить ромовую эссенцию. Изюм запарить, просушить.

3. На "дно" пирога выложить яблоки, немного посыпать мукой, сверху посыпать изюмом.

4. Из 1/4 теста сделать плоские полосочки с надрезами в виде колоска. Выложить их на пирог узором. Смазать яйцом.

5. Выпекать 30–40 мин при 200 °С.

Камень-хранитель вашего здоровья

ФБТ

Минералам всегда приписывали особую силу, дарующую красоту и здоровье. Один из самых загадочных камней – шунгит, в древности его называли «аспидным камнем». Единственное место, где встречаются залежи этого черного минерала – озерная Карелия. Петр Первый в свое время велел на чудодейственных источниках построить курорт. В указе «Оботкрытии курортных вод на Олонце», Петр описывал свойства шунгитовой воды так: «Воды исцеляют различные жестокия болезни и великую силу имеют».

Традиционная наука открыла для себя шунгит в 20 веке. Исследования и клинические пробы научно обосновали лечебную силу камня. В Украине шунгит представлен компанией ФитоБиоТехнологии, которая предлагает карельский камень в двух видах: измельченный шунгит для настоя и активации воды, а также, разработанный на основе целебного камня, уникальный по своему составу бальзам. Шунгит, измельченный до пигментного состояния соединили с маслами и экстрактами лечебных трав.

Спектр применения крема-бальзама «Шунгит» очень широк – это остеохондроз, радикулит, артриты и артрозы различного происхождения. «Шунгит» устраняет воспаления и снимает боль. Успокаивает поврежденные ткани, а также улучшает микроциркуляцию в них.

Чем же заинтересовал шунгит царей и ученых? В шунгите были обнаружены редкие формы молекул углерода – Фуллерены, за открытие которых группа английских ученых в 1998 году удостоилась Нобелевской премии. Впервые их обнаружили в космосе, а позже в земном камне шунгите. Фуллерены выступают в качестве антиоксидантов, омолаживают и оздоравливают организм. Есть гипотеза, что шунгит – это остатки упавшего на землю гигантского метеорита, осколки планеты Фаэтон, некогда существовавшей в нашей солнечной системе.

Алиса Радина

Спрашивайте в аптеках Вашего города. А также в сетях аптек Космо, ДЦ, Виталюкс, Здоровье в кишене, Белая ромашка, Интерфарм, Здравица, Даша, Аптекарь.

Доставка по Киеву и Украине: тел. 8 (044) 237-5817. Заказ на сайте: www.goldenfarm.com.ua

Время приготовления: 2,5 ч
Количество порций: 6–8

Людмила Афанасьевна Тропина, г.Луганск. **Этот нежный торт всегда на моем праздничном столе.**

Творожный "Наполеон"

ПОНАДОБИТСЯ

Для теста:
- 400 г творога
- 1,5 стак. сахара
- 4 желтка
- 2,5–3,5 стак. муки
- 2 ч. л. соды, гашенной уксусом

Для крема:
- 1 л молока
- 1,5 стак. сахара
- 4 белка
- 2 ст. л. муки
- ванилин
- 40–400 г слив. масла

Фото: Л. Дышлюк

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Тесто. Творог хорошо растереть с сахаром (если творог суховат, то протереть его через сито). Добавить к творожно-сахарной массе желтки, соду, оставить на 20–30 мин, чтобы поднялась "шапка".

2. Добавить в полученную массу муку, замесить крутое тесто.

3. Тесто разделить на 8–10 частей, из каждой части раскатать тонкие коржи.

4. Выпечь коржи в предварительно нагретой до 180 –200 °С духовке в течение 15 мин.

5. Крем. Белки хорошо размешать с сахаром, добавить 2 ст. л. муки (предварительно размешанной с небольшим количеством воды или молока, чтобы не было комочков). Молоко вскипятить, помешивая, добавить белки и заварить как кисель, остудить.

6. В слегка остывшую массу добавить по желанию и по вкусу от 40 до 400 г сливочного масла, хорошо размешать.

7. Коржи смазать кремом, сложить торт. Один корж можно не смазывать кремом, а раскрошить и посыпать им верх торта. Торт можно украсить цукатами, фруктами, орехами.

Лариса Кавун советует

Крем получится нежнее, если в него добавить 1–3 ст. л. крахмала, смешав его с мукой.

Відкрийте сейф, в якому на Вас чекає 125 000 гривень*

Розгадайте зашифроване слово та відкрийте сейф.

Для участі в акції Вам потрібно:
1. Розгадати зашифроване слово.
2. Вписати його до купону участі в акції.
3. Заповнити безкоштовний купон участі в акції.
4. Вирізати купон акції.
5. Відправити вирізаний купон нам за адресою:

м. Київ, 04086 а/с 123, ТОВ «Пошторг»

Призовий фонд **125 000,00** гривень.
Гарантія вручення.

Акція проводиться з 26 грудня 2008 р. по 25 грудня 2009 р. Буде розіграно автомобіль, телевізор, телефон, ноутбук, цифрову відеокамеру, загальною вартістю 125 000 грн. Розіграш буде проведено об 11 годині 25 грудня 2009 р. в приміщенні офісу компанії "Пошторг" під контролем компетентної комісії в складі нотаріуса, представників преси, пошти, клієнтів. Результати розіграшу будуть опубліковані в ЗМІ.

* Тільки для повнолітніх. Детально про умови акції Ви дізнаєтесь окремим листом.

Також з умовами Ви можете ознайомитись на сайті **www.poshtorg.com.ua**

БЕЗКОШТОВНИЙ КУПОН
Заповняти друкованими літерами
Закодоване слово:
Прізвище
Ім`я
Стать
По батькові
Індекс
Дата народ.
Нас. пункт
Район
Область
Вулиця
№ буд.
кв.
Тел. 8 ( )

Купони приймаються до 25.12.2009

ЛЮП1711091

Свадьба "вегетарианцев"

Эта история случилась 10 лет назад. Я выходила замуж, и вся семья готовилась к грандиозному событию. Естественно, не бывает без курьезов. Моя мама очень "переживательно" относится ко всем мероприятиям, а к такому грандиозному – и подавно. Главное для нее было – не ударить в грязь лицом перед сватами и шикарно, с размахом накрыть стол.

Перед загсом невесту выкупают, потом жених с друзьями угощаются, и вся процессия едет на торжественное бракосочетание. Мной и мамой был накрыт красивый стол.

Не учли мы лишь одного: в доме живет собачка. Так вот, во время бурного выкупа невесты эта чудо-собачка решила отобедать. Она забралась на диван и стащила со стола все мясные продукты. Откуда у нее взялись силы столько съесть – неизвестно. Когда невеста была выкуплена и вся компания радостно зашла в комнату подкрепиться, взору предстала картина: много листьев салата, петрушки, укропа, помидоров. И все. И на бутербродах – масло и петрушечка, масло и укропчик. И только одна тарелочка с рыбной нарезкой. А под столом – объевшаяся собачка. Чувство юмора и прекрасное настроение сгладили эту картину и даже добавили к празднику дополнительного веселья. Одна только моя мама не могла опомниться от такого позора и только укоризненно смотрела под стол, как бы говоря: "Ну что ж ты наделала". Но ее немые вопросы остались без понимания и сочувствия.

Юлия Руденко,
г. Сумы

Месть студентов

Когда я училась в училище, в столовой на раздаче работала вечно ворчливая тетенька. Она всегда была недовольна. И вот однажды явилось наше голодное общество к обеду. Раздатчица как раз решила чайку испить. Недопитый чай остался на столике. Она, как всегда, начала кричать на нас. И тут пошла цепная реакция: только она повернулась спиной – один положил ложку соли, опять повернулась – следующий положил ложку сахара, затем последовала ложка перца. Мы расселись за столики, воцарилась тишина. Отпустив последнего, она решила допить чай. Сделала большой глоток и... Надо было слышать, как в столовой сотрясались окна от ее криков и нашего смеха!

Ирина Полищук,
г. Кременчуг

"Жевачка"

Это было в начале 70-х годов. Я ходила в школу. Среди учащихся начались рассказы о жевательной резинке. Никто из моих одноклассников не видел и не пробовал ее. Я подумала: как это резинка может быть вкусной и ее можно жевать? Дома взяла свою канцелярскую резинку, обмакнула ее в варенье, потом в сахаре, попробовала жевать. Сладкий вкус исчез быстро, а резинка оставалась твердой и невкусной. Я подумала: наверное, надо, чтоб она дольше полежала в варенье. Положила ее в банку с вареньем на несколько дней. Потом достала, попробовала – все так же, как и раньше. Я подумала: наверное, нужно, чтобы она поварилась в сладком. Я варила ее и в сиропе, и в варенье, "настаивала" в сладком по несколько дней, но желаемого результата не получила. Тогда для меня так и осталось непонятным, как же делают резинку мягкой и сладкой. А фабричные жевательные резинки в нашем городке появились значительно позже, аж через несколько лет.

Валентина
Курбацкая,
г. Первомайск

Пишите нам!

Расскажи свою забавную историю. За публикацию приз — 50 грн.

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

ЛЮБЛЮ ГОТОВИТЬ!

ПОДПИШИСЬ И СЭКОНОМЬ!

Поделись секретами приготовления любимых блюд с 1.500.000 читателями журнала!

Рецепты ваших фирменных кушаний. Яства, привезенные из разных стран. Семейные кулинарные традиции, передающиеся из поколения в поколение

Ваш опыт нужен всем!

Уважаемые подписчики!

Оформив годовую подписку в почтовых отделениях Украины (по Каталогу изданий Украины ГП «Пресса»), вы получите номера журналов с №2/2010 по №1/2011!

Подписные индексы в Каталоге изданий Украины:

Индекс	Издание	1 мес.	3 мес.	6 мес.	12 мес.	Скидка
95617	Люблю готовить	1,25	3,75	7,50	15,00	—
98986	Люблю готовить	—	—	7,11	—	5%
98987	Люблю готовить	—	—	—	13,50	10%

* Процент экономии рассчитан при условии оформления подписки на 12 месяцев по сравнению с розничной ценой

** Льготный подписной индекс для оформления годовой подписки даёт максимальный процент экономии

*** Стоимость подписки указана без учёта стоимости её оформления.

Подписной индекс 98987**

Стоимость подписки 13,50грн.***

Ассорти мясное и рыбное

Предлагаю свои идеи оформления блюд для новогоднего стола.

● **Блюдо 1.** По краям любая колбаска, балык, подчеревок. В центре рулетики из курицы. Взять филе курицы, слегка отбить. Внутрь положить отваренную морковь, сыр, зелень. Обвалять в панировочных сухарях и обжарить. Остывшие рулетики нарезать.

● **Блюдо 2.** В центре – рулетики из сельди, сверху – резаный миндаль, затем – тонко нарезанная сельдь или скумбрия. Из красной рыбы сделать рулетики, фаршированные творогом с майонезом и чесноком. И с краю – фаршированные рыбными консервами (можно печенью) яйца. Украсить зеленью и шампиньончиками.

Оксана Евграфова, г. Николаев

Багатошаровий пиріг

Хочу поділитися секретом, як із звичайних дріжджових пиріжків зробити багатошаровий пиріг.

Зі здобного дріжджового тіста потрібно зробити 20–30 маленьких пиріжків з якою-небудь начинкою.

Приготувати круглу форму висотою не менше 20 см, змастити її маслом, пиріжки класти шарами в форму, один на другий, попередньо змазуючи кожний розтопленим маслом. Так заповнюється 2/3 форми, не більше. Потім їм необхідно дати підійти й випікати як звичайний дріжджовий пиріг.

Начинки можна робити різні: з м'ясом, з грибами, з рисом, з яблуками, з капустою. Можна приготувати макову чи смородинову начинку (перетерти з цукром).

Якщо готовий пиріг з усіх боків змастити збитими з цукром білками.

Людмила Попружук, Миколаївська обл.

Торт "Новогодний"

Хочу поделиться рецептом оригинального тортика.

Для теста: 100 г маргарина; 3 ст. л. меда; 1 ч. л. соды; 3 яйца; 1 стак. сахара; 2,5 стак. муки.
Для крема: 1 л сметаны; 1 стак. сахара; 1 пакетик ванильного сахара, чернослив, орехи. **Для украшения:** 2 белка; 1 стак. сахара; 4 ст. л. воды.

Приготовление: на водяной бане растворить сахар, добавить соду, маргарин, взбитые яйца, немного муки, перемешать, снять с огня. Остудить. Добавить оставшуюся муку. Замесить тесто. Разделить на 10 частей. Из картона вырезать одну форму большую, вторую поменьше с отверстием по центру (для бутылки шампанского). Выпечь 10 коржей. Готовые коржи подровнять, обрезки растереть в крошку.

Сметану взбить с сахаром, добавить ванильный сахар. Смазать коржи, пересыпая орехами, измельченным черносливом.

Взбить белки, залить сиропом из сахара и воды. Смазать верх, присыпать крошкой. В середину поставить шампанское.

Елена Плантус, г. Черновцы

ЧИТАЙ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ:

Суши

Своим опытом в приготовлении экзотического заморского блюда, которое пришлось по вкусу многим, а также практичными и интересными советами поделится Марина Климова из г. Хмельницкий.

Хачапури по-тбилисски

Оксана Левченко из Днепропетровской обл. подарит вам рецепт замечательных и вкусных хачапури.

Салат "Кедровик"

Удивите гостей салатом, приготовленным по рецепту Людмилы Дроженко из Харьковской обл. Это блюдо станет коронным на вашем праздничном столе.

Торт "Ромашка"

Какое же праздничное застолье без красиво оформленного и вкусного торта! А особенно рады сладостям дети. Торт по рецепту Татьяны Фесько из Черниговской обл. понравится всем.

Январский номер "Люблю готовить!" поступит в продажу 15 декабря.

Наши победители (декабрь)

Александрова О., г. Скадовск, с. 42; **Альмасайед Е.**, г. Макеевка, с. 44; **Артюшенко Ю.**, г. Алчевск, с. 28; **Баева В.**, Донецкая обл., с. 50; **Баталова В.**, Полтавская обл., с. 14; **Батурина С.**, Полтавская обл., с. 6; **Билевич В.**, г. Севастополь, с. 48; **Бондаренко В.**, г. Черкассы, с. 5; **Борисенко Л.**, г. Харьков, с. 31; **Browkoва Н.**, г. Каменец-Подольский, с. 56; **Бука А.**, г. Днепропетровск, с. 45; **Бурчак Л.**, Киевская обл., с. 7; **Велижанина Т.**, г. Ялта, с. 34; **Войцеховская Л.**, Винницкая обл., с. 49; **Грушовенко Д.**, г. Шостка., с. 32; **Дашко Н.**, Херсонская обл., с. 29; **Дубовик В.**, г. Киев, с. 24, 57; **Евграфова О.**, г. Николаев, с. 62; **Жицкая В.**, г. Днепродзержинск, с. 23; **Заречанская М.**, Винницкая обл., с. 56; **Заречная О.**, Львовская обл., с. 23; **Засланова Г.**, Полтавская обл., с. 46; **Ковалева Е.**, г. Донецк, с. 7; **Козлова А.**, г. Кировоград, с. 54; **Колесникова В.**, Харьковская обл., с. 24; **Корецкая А.**, г. Луганская обл., с. 22; **Костина Н.**, г. Новая Каховка, с. 35; **Котик Е.**, Черкасская обл., с. 53; **Кудряшова А.**, г. Днепропетровск, с. 15; **Курбацкая В.**, г. Первомайск, с. 60; **Литвинова Е.**, г. Каменец-Подольский, с. 8; **Луданая Н.**, г. Энергодар, с. 24; **Малышко С.**, Кировоградская обл., с. 26; **Марченков О.**, г. Могилев-Подольский, с. 18; **Мельник Т.**, г. Николаев, с. 16; **Михайленко А.**, г. Мелитополь, с. 36; **Николенко М.**, Полтавская обл., с. 49; **Норка А.**, г. Мариуполь, с. 4; **Обухова И.**, г. Киев, с. 29, 30; **Осипенко А.**, г. Мариуполь, с. 5; **Осьмеркина Р.**, г. Днепропетровск, с. 55; **Павленко Л.**, г. Черкассы, с. 30; **Плантус Е.**, г. Черновцы, с. 62; **Полищук И.**, г. Кременчуг, с. 60; **Пономарчук В.**, с. Новополтавка, с. 56; **Попова М.**, г. Луганск, с. 29; **Попружук Л.**, Николаевская обл., с. 62; **Пятакова О.**, г. Николаев, с. 13, 45; **Радзивил К.**, г. Симферополь, с. 13; **Радченко О.**, г. Львов, с. 46; **Рак Н.**, Львовская обл., с. 45; **Резакова Е.**, г. Харцызск, с. 55; **Руденко Ю.**, г. Сумы, с. 60; **Савченко Т.**, г. Донецк, с. 35; **Свешникова Н.**, г. Киев, с. 30; **Семененко М.**, г. Запорожье, с. 36; **Сенькова А.**, г. Глухов, с. 14, 23, 50; **Сидор И.**, Львовская обл., с. 52; **Сизонова З.**, Харьковская обл., с. 6; **Сливчук Е.**, г. Здолбунов, с. 53; **Слободенюк Д.**, г. Новая Каховка, с. 36; **Соловьева Н.**, г. Симферополь, с. 13; **Сорочан М.**, Днепропетровская обл., с. 25; **Цикаленко О.**, Полтавская обл., с. 53; **Чистова И.**, г. Луганск, с. 5; **Чичкань Л.**, г. Киев, с. 14; **Широкоград Е.**, г. Мелитополь, с. 50; **Шкурная О.**, г. Донецк, с. 12; **Шлюева И.**, Донецкая обл., с. 55; **Щеренко Н.**, г. Одесса, с. 6; **Яцюра Н.**, г. Винница, с. 35